સુખની શોધ

આવૃત્તિ બીજી.

(સુધારા વધારા સાથે.)

૧૯૪૭.

સુખની શોધ

સાંકળિયું.

સુખની શોધ

સાચું સુખ તે શું ?

આ દુનિયામાં જન્મ લેતો દરેક જીવ પોતાની જિંદગી સુખી બનાવવા માટે અનેક જાતની કોશિશ કરે છે; અને તે તદ્દન કુદરતી જ છે, કારણ આપણ સર્વ સુખી થવાં જ સરજાયેલાં છીએ. જિંદગીની અનેક હાડમારીઓ, દુઃખો, ગૂંચવણ-ભર્યા સંજોગો વગેરેમાંથી પસાર થઇને, સુખ કેમ મેળવવું અને પોતાના જીવનનો ફેરો સફળ કેમ કરવો, તે જાણવા દરેક જીવને ગમે છે. તેથી તે પોતાની શકિત અને લાયકાત મુજબ, વિચારથી, લાગણીથી અને કાયથી સુખ શોધવાની કોશિશ ચાલુ જ રાખે છે.

મોટા ફિલસુફો તેમ જ ધર્મ-અભ્યાસીઓ કહી ગયા છે કે દરેક જણની છેવટની નેમ તો હંમેશનું સુખ જ (Eternal Happiness) હોઈ શકે. માટે જ દરેક સ્ત્રી, પુરુષ, કે બાળક, જ્ઞાની કે અજ્ઞાની, ફકીર કે અમીર, સર્વ પોત પોતાના જુદા તબક્કા ઉપર હોવા છતાં, એ સુખ શોધવા ચાલુ ખંત કરી રહ્યા છે.

ખુદા પોતે સર્વજ્ઞાની અને અમર સુખનું સ્વરૂપ છે અને સર્વમાં ખુદાનો અંશ હોવાથી, એ ખાસિયતો આપણામાં પણ છુપાયેલી છે. એટલે આપણ સર્વને સુખી થવાનો હક્ક છે. છતાં, આપણાં પોતાના અજ્ઞાનને લીધે, જે સર્વ આપણાં પોતામાં જ છે, તે અંદર શોધવાને બદલે બહારની તકલાદી ચીજોમાં સુખ શોધવામાં આપણે વખત અને શકિત બરબાદ કરીએ છીએ, અને પછી કુદરતનો અને બીજાંનો વાંક કાઢીએ છીએ.

જ્યાં સુધી એક જીવ એમ સમજતો થાય નહી કે દરેક વસ્તુની અંદર ખુદાઈ અંશ સમાયેલો છે, અને તેથી જ દરેક ચીજ આગળ વધે છે અને તેનું પોષણ થાય છે, તેમ જ બહારના આકારો નાશવંત છે પણ અંદર રહેલો જીવ અમર છે, ત્યાં સુધી તે બહારના નાશવંત આકારો, તેમ જ સુખ સગવડ આપનારી વસ્તુઓ અને તકલાદી મોજમજામા જ સાચું સુખ શોધવાની ફોકટ કોશિશ કર્યા કરે છે.

વળી એ પણ અગત્યનું છે કે એક જ ખુદાનો અંશ સર્વમાં હોવાથી, આપણે તે ખુદાઇ નૂર પોતામાં તેમ જ બીજામાં પિછાણીને તેને માન આપવું જોઇએ. જ્યાં સુધી એક માણુસ દરેકમાં રહેલા આત્માને પિછાણે નહિ, ત્યાં સુધી તે સુખી થઇ શકે નહિ; કારણ આત્માને પિછાણે ત્યારે જ તે સમજતો થાય છે કે આપણ સર્વ એકમેક સાથે જોડાયેલાં છીએ, અને તેથી જો એક જણ સુખી કે દુઃખી થાય, તો તેની અસર બીજાને પણ થાય છે, અને સાચું સુખ બીજાને સુખી કરવામાં જ સમાયેલું છે. પોતાની સુખ સગવડના ભોગે પણ જ્યારે બીજાના સુખનો ખ્યાલ પહેલાં કરતાં શીખીએ, અને બીજાના દુઃખમાં કે સુખમાં જ આપણું પોતાનું પણ દુઃખ સુખ સમજીએ, ત્યારે જ આપણે બાતેનનો (અંતરનો) ખરો આનંદ અને હંમેશનું સુખ મેળવવાને નસીબવંત થઇએ છીએ.

તેથી દરેક જણે પોતાનું જીવન શુદ્ધ કરીને એવું જીવન ગુજારવાની જરૂર છે કે જેથી તે બીજામાં રહેલા આત્માને પિછાણતાં શીખે અને બહારના નાશવંત આકારોમાં સુખ મેળવવાના વલખાંન મારતાં, જે હંમેશનું ટકી શકે તેવું સુખ છે, તેની જ શોધ કરે; ત્યારે તે સાચું સુખ મેળવી પોતે સુખી થઇ, બીજાને પણ તેનો લાભ આપી શકે.

સાધારણ માણસોની મૂંઝવણો અને તેમનો ઉકેલ.

સામાન્ય મૂંઝવણો.

આપણી આસપાસ નજર કરતાં માલમ પડે છે કે દુનિયાનો મોટો ભાગ દુઃખી, દિલગીર અને ઉદાસ જણાય છે. જો આપણે સર્વ સુખી થવા સર્જાયાં હોઇએ, તો પછી તે સુખ શા કારણોથી મેળવી શકતાં નથી, તે હવે પછી આપણે જોઇશું.

કેટલાકો કહે છે કે ખુદાએ દુનિયા પેદા કરીને આપણને મોટા ગુંચવાડામાં નાખ્યાં છે; અને આગલા વખત કરતાં હાલમાં જેમ જેમ જ્ઞાનનો અને સુખ સગવડ આપનારી અનેક નવી શોધોનો ઉમેરો થાય છે, તેમ તેમ વધુ ને વધુ દુઃખો અને ગુંચવણભર્યા સવાલો નીકળતા જાય છે.

હાલમાં રેડિયો, ટેલીફોન, સીનેમાં, એરોપ્લેન અને બીજી અનેક શોધોથી આપણ સર્વ પરસ્પર વધુ ધાડા સંબંધમાં ઝડપથી આવી શકીએ છીએ. હજારો માઇલ દૂર બનતા બનાવો થોડી પળમાં સાંભળીને જાણી શકીએ છીએ, અને જો આપણે ચાહીએ તો એક બીજા સાથે એક મોટાં કુટુંબની માફક, હેત પ્રીતથી રહી શકીએ તેમ છે. છતાં દુનિયામાં, કજિયા, લડાઇ, જુદાઇ અને દુઃખ તો વધ્યાં જ જાય છે.

*

વળી જેઓ પાસે પૂરતા પૈસા, ઘરબાર, નોકર, મોટર અને દુન્યવી મોજમજા મેળવવાના સર્વ સાધનો છે, તેઓ પણ કહે છે કે તેઓના જીવનમાં જેવી જોઈએ તેવી ખુશાલી લાગતી નથી, અને અનેક જાતનો અસંતોષ ચાલુ રહે છે. તેઓ પણ સાચું સુખ મેળવવા માટે અને કોઈ નવી જાતના જીવન માટે અંદરથી હંમેશ તલબગાર રહે છે.

ઘણાનાં મનમાં તરેહવાર ગૂંચવણભર્યા સવાલો ઊભા થાય છે. તેઓને એમ લાગે છે કે "તકલીફો ઉઠાવ્યા વગર, સુખ કાંય નહિ મેળવી શકાય? અને આપણ સર્વમાં જો ખુદાનો અંશ છે, તો પછી શરૂઆતમાં માણસો બદીની રાહે ચાલી, અનેક ભૂલો કરી, પસ્તાઈને પછી જ કાંય ઊંચ જીવન ગુજારીને સુખ મેળવી શકે? કુદરતની યોજનામાં શું એવો કોઈ જ માર્ગ નથી જે ભૂલો કર્યા વગર, દુઃખો ખમ્યા વગર, સીધે, સરળ રસ્તે ઊંચ જીવન ગુજારવા શીખવે?" વળી કેટલાંક માણસોને બીજી અનેક મૂંઝવણો મનમાં ઉત્પન્ન થવાથી તેઓ સુખી રહી શકતાં નથી. તેઓને ઘણી બાબદો સમજ પડતી નથી અને તે માટેનું ખરું જ્ઞાન ન હોવાથી, નકામી ચિંતા કરી દુઃખી થાય છે.

કોઈ મોત માટે વિલાપ કરે છે. "મરણ પછી શી હાલત થતી હશે અને ફરીથી જનમવું પડશે કે? કેટલાંકો જિંદગીભર દુઃખ કાંય ખમે છે? બધાંના સંજોગો જુદા જુદા શા માટે હોવા જોઈએ? કોઈ લૂલાં, લંગડાં, અપંગ વગેરે કાંય જન્મે છે; કોઈ ભલાં માણસો ઘણાં દુઃખી થાય છે, તો કોઈ બૂરા દેખાતા બહુ મોજ કરે છે, એ બધો કુદરતનો દેખીતો ગેરઈન્સાફ શા માટે?"

આવા અને બીજા ઘણા સવાલો, પોતાની અને બીજાંની જિંદગી ઉપરથી ઊભા થાય છે, અને તેનો મનમાનતો ઉકેલ ન થઈ શકે, ત્યારે તેઓને એમ લાગે છે કે કુદરતમાં કોઈ બરાબર ગોઠવણ કે ઈન્સાફ નથી. અને કોણ જાણે શા માટે આ અંધાધુંધી દુનિયામાં જન્મ લઈ, જિંદગીભર દુઃખ અને કંગાલિયતમાં સબડવું પડતું હશે? પણ આવા સર્વ સવાલો અને મૂંઝવણોનો ઉકેલ જ્ઞાનથી કેમ થઈ શકે, તે હવે આપણે જોઈશું.

દુન્યવી મોજ-મજા અને સાચું સુખ.

એ તો સાધારણ વાત છે કે જેમ જેમ જ્ઞાનનો ફેલાવો થાય છે અને સુખસગવડની વસ્તુઓની શોધો થતી જાય છે, તેમ તેમ તે બધી વસ્તુઓ મેળવવા માટેનો માણસોનો લોભ અને મોહ પણ વધતો જાય છે. અને એ લોભ અને મોહ જ દુઃખ ઉત્પન કરે છે, અને નહિ કે જ્ઞાનનો વધારો.

વળી વીજળીથી ચાલનાં યંત્રોની શોધો થવાથી, આગળ જે રીતે તન રગદોને લોકો ઉદ્યોગી જિંદગી ગુજારતાં હતાં, તેને બદલે આળસાઈ વધતી જાય છે. શરીરને કસરત મળતી નથી. મન ઘણું રોકાયેલું હોવાથી, શાંતિથી વિચાર કરવાની તક ઓછી થતી જાય છે. અને એ રીતે અશાંતિ અને તન તથા મનનાં દુઃખ દરદોનો વધુ ફેલાવો થતો જાય છે.

પૂરતા પૈસા અને મોજમજાની સર્વ સગવડો છતાં લોકો સુખી થતાં નથી, કારણ તેઓમાં જુદાઈનો અંશ હોય છે. જ્યાં સુધી તેઓ દરેકમાં રહેલા ખુદાઈ અંશને પિછાણે નહિ, ત્યાં સુધી તેઓમાં એકતા આવતી નથી. તેથી પોતાની દોલત ને સુખસગવડ બીજાં સાથે વહેંચીને ભોગવવા તેમને ગમતું નથી, અને પોતે પોતાનો ખ્યાલ પહેલાં કરીને સ્વાર્થી જીવન ગુજારે છે, અને બીજાના સુખનો ખ્યાલ તેઓને થતો નહિ હોવાથી, તેઓ સુખી થઈ શકતાં નથી. સાચું સુખ, મોજમજાના સાધનોથી અને બહારની તકલાદી ચળકભડકથી (glitter) કે ઠાઠ-માઠથી (pomp) મેળવી શકાતું નથી.

મરજીનું છૂટાપણું અને માર્ગની પસંદગી.

આપણે આગળ જોયું તેમ ઘણા જણને એમ લાગે છે કે આપણને બધાંને છેવટે સંપૂર્ણ થવાનું હોય અને દરેકમાં ખુદાનો અંશ હોય, તો પછી પહેલાં બદીની રાહે ચાલી, દુઃખો ખમી, અનુભવો મેળવી, ને પછી જ કાંય સારા માર્ગ ઉપર આવી શકાય? જો ખુદા સર્વ શકિતમાન છે અને પ્રેમનું સ્વરૂપ છે, તો પછી પહેલાંથી બધાંને સંપૂર્ણ અને સુખી કેમ નહિ બનાવી દીધાં? આ બધાં દુઃખોમાંથી પસાર થવાની જરૂર શી છે? ખુદા ચહાતે તો દરેકને તેવી રીતે પહેલાંથી સંપૂર્ણ બનાવી તો શકતે, પણ જો એ રીતે પહેલેથી આપણને સારાં અને સંપૂર્ણ બનાવતે, તો આપણે બધાં, મન-શકિત અને ઈચ્છા-શકિત રહિત, ચાવી આપેલાં યંત્રો (machines-automatons) જેવાં થઈ જતે. તેથી ખુદાએ આપણુ સર્વને મરજીનું છૂટાપણું બક્ષ્યું છે. તેનો ઉપયોગ કેમ કરવો, કયે માર્ગે આગળ વધવું અને કેવી ચીજોમાં સુખ કે દુઃખ માની લેવું, તે સર્વ આપણી ઉપર જ છોડયું છે.

આપણ સર્વને છેવટે ખુદા જેવા થવાનું છે, તે માટે જ્ઞાન મેળવી આપણામાં રહેલી સર્વ છુપી શકિતઓ ખીલવવા પોતપોતાના જુદા અનુભવોમાંથી શિક્ષણ લઈને આગળ વધવાનું છે. આપણી છુપી શકિતઓ ખીલવવા માટે જ શરૂઆતમાં

બદીની રાહે ચાલવાની અને સ્વાર્થ અને અજ્ઞાનમાંથી બહાર નીકળી વધારે ઊંચ હાલતે પહોંચવા સારૂ દુઃખરૂપી અનુભવો લેવાની જરૂર છે. ખુદાનું એવું ચાહવું છે કે દરેક જણ પોતે પોતાના છુટાપણાનો સારી રીતે ઉપયોગ કરતાં શીખે. પોતાની ભૂલો અને તકલીફોમાંથી જે અનુભવો મેળવે તેનો લાભ બીજાને આપી શકે, અને જેઓ એ જાતના દુઃખમાંથી પસાર થતાં હોય, તેઓના દુઃખમાં દિલસોજી-ભર્યો ભાગ લઈ શકે, તેમ જ બીજાને ઉપયોગી ને મદદગાર થવા શીખે. તે જ કારણથી આપણને પહેલાંથી સંપૂર્ણ બનાવ્યાં નહિ.

સુખી થવા માટે આપણુ સર્વ જણે, એ મરજીના છુટાપણાનો સારી રીતે ઉપયોગ કરતાં શીખવું જોઈએ. સુખનો ખરો માર્ગ શોધી, તે વીષે જ્ઞાન મેળવી, તે ઉપર મક્કમપણે આગળ વધતાં રહી, આપણાં આત્માને પિછાણી, ખુદા સાથે એકતાન થવાનું છે. પણ તે માર્ગ ઉપર ચઢવા માટે પુષ્કળ હિંમત, ખંત, ધીરજ, ઉમંગ, વિવેક, ખુશાલી વગેરેની જરૂર છે. આ બધાં વગર ખરું ઊંચ જીવન જીવી શકાય નહિ.

સંપૂર્ણતાને હાલતે પહોંચેલા પેગંબરો, જુદા જુદા માર્ગો દેખાડી રહ્યા છે. જે સર્વ બહારથી જુદા જણાય છે, છતાં તે બધા એક જ છેવટની નેમ તરફ આયંદે (આ તે) લઈ જાય છે. કોઈ પણ ગુરુ કે પેગંબર, આપણને હાથ પકડીને લઈ જતા નથી. દરેકે પોતે કયો માર્ગ પસંદ કરવો, તે આપણી ઉપર જ છોડયું છે. તેઓ માર્ગો બતાવે, તેમાંથી સારી રીતે આપણને ફાવતો માર્ગ પસંદ કરીને સુખ મેળવવાનું આપણા હાથમાં છે.

દુઃખના મૂળ કારણો.

કુદરતી રીતે મનમાં એમ વિચાર આવે છે કે જો આપણે સુખી થવા સર્જાયાં હોઈએ, દરેક રીતે ફત્તેહમંદ ને ખુશી રહેવાને આપણો હક્ક હોય, અને ખુદા પોતે આનંદનું સ્વરૂપ છે, તો પછી દુનિયામાં આટલું બધું દુઃખ, દિલગીરી, અસંતોષ જણાય છે, તે શા માટે ?

તેનું કારણ અજ્ઞાન છે. જ્યારે માણસમાં જ્ઞાન આવે, ત્યારે જ તે વિવેકથી પારખતાં શીખે છે કે કઈ ચીજો ખરૂં હંમેશનું સુખ આપશે, અને કઈ નાશવંત છે, જે થોડો વખત સુખ આપીને, આખરે દુઃખી ને દીલગીર કરશે. દુનિયાનો મોટો ભાગ, બહારના આકારમાં કે ખોખામાં સુખ શોધે છે, જે ટકી શકતું નથી,

અને આખરે દુ:ખ ઉત્પન્ન કરે છે. જો આકારની પાછળ રહેલા જીવની આપણે દરકાર રાખીએ, તો દુ:ખી થવાનું કારણ રહે નહિ. બહારનો આકાર નાશ થતાં અથવા તેનાથી છૂટાં થતાં દુ:ખ થાય છે.

એક દારૂડિયાને દારૂ ન મળે ત્યારે, એક કંજૂસના પૈસા જતા રહે ત્યારે, એક પ્રેમીને પોતાની પ્રિયા ન મળે ત્યારે, દુ:ખ થાય છે. જ્ઞાનથી અને અનુભવથી માણસ સમજતો થાય છે કે બહારના આકારો ને તકલાદી ચીજો જે સર્વ નાશવંત છે, તે પર પ્રીતિ લગાડવી એ દુ:ખનું મૂળ છે. દરેક આકારની અંદર ખુદાનો અંશ છે, તે અંશને જે કોઈ વખાણે, અને તે ઉપર પ્રીતિ લગાડે, તેને દુ:ખી થવાનું કારણ રહેતું નથી.

વળી કોઇનામાં જ્યારે કોઈ એક પ્રકારનો દુર્ગુણ બહુ વધી જાય, ત્યારે તેને અત્યંત દુ:ખ ખમવું પડે છે. અને એવા દુ:ખના અનુભવથી જ તે પોતાના દુર્ગુણને તજી દઈ, સામેનો સદ્‌ગુણ ખીલવી શકે છે. જેમ કે કોઈએ લાંબો વખત સુધી, બીજા ઉપર સત્તા જ ભોગવી હોય અને સર્વ ઉપર હુકમો કર્યા કીધા હોય, જેથી તેનામાં ખોટી મોટાઇ અને મગરૂરી વધી ગઈ હોય, ત્યારે તેને ગરીબી અને દુ:ખોમાંથી પસાર થવું પડે છે, જેથી તેની મગરૂરીનો નાશ થાય છે અને તે નમ્રતા, માયા, અને દિલસોજીના પાઠો શીખે છે.

જે પ્રમાણે શરીરનું એવું દુ:ખ હોય કે તેને નસ્તર મૂકવાથી જ રાહત મળે છે, તે પ્રમાણે જ્યારે માણસમાં ખામીઓ વધી જાય છે, ત્યારે દુ:ખરૂપી નસ્તરો મૂકવાથી જ ફાયદો થાય છે. જેમ નસ્તર મૂકે ત્યારે વેદના ઘણી થાય ખરી, પણ પાછળથી તે દરદ હંમેશનું સારૂં થઇ જાય છે, તેમ જ દુ:ખો આવે ત્યારે નહિ ખમી શકાય તેવું લાગે છે, પણ તે પસાર થઇ જાય, અને તેમાંથી શિક્ષણ મળે, ત્યારે સમજ પડે છે કે તેમાંથી આપણને ફાયદો જ પ્રાપ્ત થયો છે. બહારથી કેટલાક સંજોગો દુ:ખ દેનારા ને દિલગીરી, નિરાશા વગેરે પેદા કરનારા હોય એમ લાગે છે, પણ તે સર્વથી આપણા આત્માની ખીલવણી થાય છે અને આપણે સુખના માર્ગ ઉપર આગળ વધીએ છીએ. દુ:ખ ખમતાં હિંમત, ધીરજ વગેરે શક્તિઓ ખીલે છે, અને ખોટી બીક દૂર થાય છે. કેટલીક વેળા, કોઈ ચીજો મેળવવા આપણે બહુ મજબૂત ઇચ્છા કરીએ છીએ અને તે વસ્તુ મળ્યા પછી તેનાથી ધરાઈ જઈએ છીએ, અથવા જેવું ધારતાં હોઇએ તેવું સુખ નથી મળતું, અને મળે તો તે મેળવવાથી પણ દુ:ખી થવાનું કે શરમાઇ જવાનું કાંઈ કારણ મળે છે, ત્યારે જ આપણે શીખીએ છીએ કે આવી બાહેરની વસ્તુઓની તીવ્ર ઇચ્છા ફરીથી ન રાખવી. આવી રીતે શીખતાં શીખતાં, ઊંચ ઇચ્છિાઓ ધરાવ્યાથી આપણું ચારિત્ર ઘડાય છે.

જેમ એક મધમાખ ફૂલમાંથી મધ ચૂસી લે, પછી તેને ફૂલની ગરજ રહેતી નથી, તેમ અનેક જાતના દુઃખના અનુભવમાંથી પસાર થઇ, તેમાંનું શિક્ષણ મેળવી લઇએ, તો ફરીથી તે જાતના દુઃખમાંથી પસાર થવાની જરૂર રહેતી નથી. વળી દુઃખના અનુભવથી બીજો જે એક ઘણો અગત્યનો ફાયદો થાય છે તે એ કે જ્યારે બીજા માણસો તેવી જ જાતના દુઃખમાંથી પસાર થાય, ત્યારે આપણા અનુભવ ઉપરથી આપણે તેઓનું દુઃખ સમજી શકીએ છીએ. એ રીતે ભાઇબંધીનો ગુણ ખીલે છે, અને જ્યારેબી બીજાનાં દુઃખમાં રાહત આપવાથી, તેઓના જીવનમાં ખુશાલી, આનંદ અને આશાના કિરણો ફરી પ્રકાશતાં જોઇએ છીએ, ત્યારે જ આપણે પોતે સાચું સુખ ભોગવી શકીએ છીએ, કે જેવું બીજાં કશાંથી મેળવી શકાતું નથી.

તેથી દુઃખને જ્ઞાન આપનાર રાહબર તરીકે ગણીને, શાંતિ રાખી, "જેમ ખુદાની મરજી હોય તેમ થાય" એવી શ્રદ્ધા રાખીને, હંમેશ હિંમતથી ખમી લેવું જોઇએ. કારણ દુઃખ સમાન બીજો મિત્ર નથી, જે હંમેશ સારી રાહે જ દોરવે છે. અને દુઃખ ગમે એવું ભારે હોય, પણ તે ખમવાની શક્તિ પણ સાથે લેતું આવે છે, એ યાદ રાખવું.

દુઃખનો ઉપયોગ.

દુઃખ સજા તરીકે નહિ પણ આપણમાં રહેલી શક્તિઓ ખીલવવા, એક રાહબર તરીકે આવે છે, તે આપણે જોયું છે. વળી તેથી આપણે દુર્ગુણો ઉપર કાબૂ મેળવીને, તેની સામેના સદ્‌ગુણો ખીલવી શકીએ છીએ, જે ત્યાર પછીથી હંમેશના આપણા પોતાના થઇ જાય છે.

જો હંમેશ માટે કોઇને સાચું થવું હોય, તો જૂઠાંની સામે લડત લડીને, તેમાંથી ઉપજતાં દુઃખો અને ગેરફાયદાના કડવા અનુભવોમાંથી પસાર થઇને જ, તે સચ્ચાઇની કિંમત સમજી શકે છે. ત્યારે તેના મોઢાંમાંથી એક પણ જુઠ્ઠો શબ્દ નીકળે તે અગાઉ તે બીએ છે. તેના મનમાં કાંઇ પણ ખોટો ખ્યાલ આવતાં તે તુરત તેને દૂર કરે છે, અને કાંઈ ખોટું કાર્ય કરતાં તેનું અંતઃકરણ તેને અટકાવે છે એ રીતે તે સચ્ચાઇને જ વળગી રહેવા શીખે છે.

આપણું અંતઃકરણ, જેમાં આગળી જિંદગીઓના સર્વ કડવા અનુભવો એકઠા થયલા હોય છે, તે વારંવાર આપણને કાંઈ પણ ખોટું કાર્ય કરતાં અટકાવે છે, અને ચેતવણી આપે છે; કારણ તેવી જાતના અનુભવમાંથી

પસાર થઇને જે દુઃખ ખમ્યું છે, તેની યાદ તેને હોય છે. પણ આપણે તે ચેતવણીની દરકાર ન કરતાં, છતે કાને બહેરાં રહીને, ફરી ફરીથી તે જ ભૂલો કરીને, આપણે હાથે દુઃખને આમંત્રણ આપીએ છીએ, અને પછી પસ્તાઇએ છીએ.

જેમ સચ્ચાઇનો સદ્દગુણ ખીલવવા જૂઠ ઉપર જીત મેળવવાની જરૂર છે, તેમ જ હિંમત માટે બીક ઉપર, નમનતાઇ માટે મગરૂરી ઉપર, પ્રેમ માટે ધીક્કાર ઉપર, એમ દરેક દુર્ગુણ ઉપર જીત મેળવીને જ ચારિત્ર ખીલવી શકાય છે. જો બીક લાગે તેવા સંજોગમાં કોઇને મુકવામાં ન આવે, તો બીક શી, અને તે ઉપર જીત કેમ મેળવવી તે, તે સમજી શકે નહિ. જેમ એક બાળક કોઇ અમુક વસ્તુથી પહેલાં બીતું હોય, તો તે વસ્તુ ચાલુ જોતાં જોતાં તેની બીક જતી રહે છે, અને ધીમે ધીમે તેનામાં હિંમત આવે છે, તે જ રીતે દરેકને દુઃખી થવા માટે અનેક દુર્ગુણો ઉપર જીત મેળવી, સદ્દગુણો ખીલવવાની જરૂર છે.

તે જ કારણથી, દરેક જીવ ખુદાનું સ્વરૂપ હોવા છતાં, શરૂઆતમાં દુઃખના અને ભૂલો થાય તેવા માર્ગો પરથી પસાર થઇને, ધીમે ધીમે ઊંચ માર્ગ ઉપર આવીને પોતાની ફરજો સારી રીતે બજાવી, છેવટે સંપૂર્ણ થાય છે.

સ્વાર્થ અને અજ્ઞાન.

દુઃખી થવાનાં મૂળ કારણો માણસનું અજ્ઞાન અને સ્વાર્થ છે. દરેક જણ પોતાની સુખસગવડનો વિચાર પહેલાં કરે છે. જો કે બહારથી કેટલાંક એવો દેખાવ કરે છે કે માત્ર સેવાને ખાતર તેઓ સર્વ કરે છે અને તેમાં સ્વાર્થનો કાંઈ પણ ખ્યાલ નથી. પણ ખરેખર તો મોટે ભાગે, સૌ કોઇ પોતાની મતલબ પહેલાં સાચવે છે.

વળી જ્યાં સુધી માણુસ અજ્ઞાન હોય છે, ત્યાં સુધી તે એમ સમજી શકતો નથી કે જે ખુદાનો અંશ તેના પોતાનામાં છે, તે જ સર્વમાં છે. તેથી જ તેનામાં જુદાઇનો અંશ રહે છે. વળી તે જાણતો નથી કે આખો મનુષ્ય જાત એકબીજા સાથે જોડાયેલી હોવાથી, દરેકના વિચાર, લાગણી અને કાર્યોની અસર, જેમ પોતાની ઉપર થાય, તેમ જ બીજાની ઉપર પણ થાય છે.

વળી કોઈ પણ માણસ બીજાને દુઃખી કે દિલગીર કરીને, કે બીજાના હક્કનું કાંઈ પણ છીનવી લઈને, સુખી થવાની આશા રાખે, તે ફોકટ છે. જ્યારે તે પોતાનું તન અને હૃદય પવિત્ર કરે અને બીજાંના સુખનો વિચાર પહેલાં કરીને, જાતિ ભોગ આપવા હંમેશ તૈયાર થાય, ત્યારે જ તે ખરેખરું બાતેનતું (અંતરનું) અને હંમેશ ટકે તેવું સુખ મેળવી શકે છે.

સ્વાર્થ અને અજ્ઞાનના અંધકારમાં રહીને માણસો, એક બીજાં તરફ અદેખાઈ, કીનો, કપટ, હવસ અને દિલગીરીના વિચારો ધરાવે છે. તેથી દુનિયામાં દુઃખ, કજિયા, અને લડાઇ વધ્યાં જાય છે. જ્ઞાનથી અને અનુભવથી એ સર્વ દુર્ગુણોને બદલે સહનશીલતા, પ્રેમ અને ખુશાલીથી તે બીજાંના સુખનો વિચાર પહેલાં કરવા શીખે છે. તેમ કરતાં તેને કાંઈક દુઃખ કે અગવડ ખમવાં પડે, તો પણ તે તેને દુઃખ તરીકે ગણુતો નથી; કારણ બીજાંના જીવનમાં કાંઇક ખુશાલી ને સુખ આપવું તેમાં જ તે પોતાની મોજ માની લે છે. એ રીતે તેનામાં રહેલી કેટલીક છૂપી શકિતઓ ખીલવા માંડે છે. તે બધી કુદરતની મહાન યોજનામાં મદદગાર થવામાં, પોતાની આસપાસના સર્વને સુખી બનાવવામાં, તેમ જ દરેક જીવને આગળ વધારવાની બિનસ્વાર્થી સેવા પ્રભુના નામથી અર્પણ કરવામાં તે વાપરે છે, ત્યારે જ તે ખરેખર સુખી થઈ શકે છે.

સર્વ ધર્મોમાં શીખવ્યું છે કે દરેક જણે જ્ઞાન લઇને ઉંચ જીવન ગુજારવું, અને પછી તે જ્ઞાનનો લાભ બીજાને આપવો. પણ કમનસીબે એવું જ્ઞાન મેળવી, સ્વાર્થ તજીને વધારે સારું જીવન ગુજારવાની કોઈ દરકાર કરતું નથી. અને પરિણામમાં, દેશ દેશ વચ્ચેની હરીફાઈ, હું-પણું, કજિયા, લડાઈ અને દુઃખો વધુ પ્રમાણમાં, ઊભરાઇ નીકળે છે.

સુખી જીવન માટેની જરૂરિયાતો.

આપણે જોયું કે સુખી થવા માટે જ્ઞાન મેળવીને, દુનિયાના સાધારણ લોકો કરતાં કાંઇક ઊંચ જીવન ગુજારવાની જરૂર છે.

૧. ઊંચ જીવન. પણ ઘણાં જણ એમ ધારે છે કે સંસારમાં રહીને અથવા પોતે જે સંજોગોમાં હોય તેમાં રહીને, ઊંચ જીવન ગુજારવું, એ બનવા જોગ નથી. આ ખ્યાલ ભૂલભરેલો છે. ગમે તેવા સંજોગોમાં રહીને સારું જીવન ગુજારી શકાય તેમ છે. અલબત્ત, તેને માટે

કાંઇક વધુ તકલીફો ઉઠાવવી પડે છે અને વારંવાર દિલગીર થઇને, ઠોકર ખાઇને, નીચે પડીને, ફરીથી ઊઠવું પડે છે.

વળી ઊંચ જીવન ગુજારવા માટે આપણી કેટલીક કુટેવો, વિચારો, લાગણીઓ અને આખું જીવન બદલવાની જરૂર પડે છે. બીજાઓ હાંસી અને ટીકા પણ કરે છે. એ બધાંથી ગભરાઇ જઇને, જેઓ પાછા હઠે છે, તેઓ આગળની માફક જ અસંતોષી, રસ વગરનું જીવન ગુજારી, દુઃખ અને દિલગીરીમાં પોતાનો વખત પૂરો કરે છે. જ્યારે બીજાઓ, તે સર્વમાંથી હિંમતથી પસાર થઇ, જ્ઞાનમાં વધારો કરીને પોતાનું તમામ જીવન બદલી નાખી, કાંઇક ઉત્સાહ આપે તેવું ઉપયોગી, સેવાભાવી જીવન ગુજારતા થાય છે.

ઊંચ જીવન ગુજારવા માટે શરૂઆતમાં તકલીફો કેમ ખમવી પડે છે, અને તે સર્વ તકલીફોમાંથી જે અનુભવો મળે છે તે પણ કેટલા અગત્યના છે, તે સર્વ આપણે આગળ જોઇ ગયા છીએ.

દુનિયાના સાધારણ માણસોમાં એક વર્ગ એવો પણ છે કે જેઓ પોતાના કામધંધામાં, દોલત એકઠી કરવામાં, માનપાન મેળવવામાં એટલા બધા રોકાઈ જાઇ છે, કે તેઓને જિંદગીને લગતા સવાલો માટે સહેજ પણ પરવા રહેતી નથી, અને પોતે જેવું જીવન ગુજારતા હોય તે કરતાં કાંઇક વધારે ઊંચ જીવન ગુજારવું જોઇએ, એવો કોઇ ખ્યાલ પણ તેઓને આવતો નથી. તેઓ તો ફક્ત દોલત અને માન કેમ વધારવાં તે જ ખ્યાલોમાં વખત ગુજારે છે, અને તેમાં જ સર્વ સુખ દુઃખ માની લે છે; પણ જ્યારે તેઓ પર કોઈ નહિ ધારેલી આફત કે દુઃખ આવે છે, ત્યારે જ તેઓ બીજાઓનાં દુઃખની કદર કરતાં શીખે છે અને પોતાના દુઃખના અનુભવથી, ઘણું મોડેથી જિંદગીની સાંજે, કેટલાંકોને કાંઇક એવું ભાન થાય છે કે દોલત એકથી કરવામાં અને માન અકરામ મેળવવામાં જેટલો વખત બરબાદ કીધો, તેટલો જ વખત કાંઇક સેવાભાવી, ઊંચ જીવન ગુજારવામાં ગાળ્યો હોત, અને તે માટેનું જ્ઞાન મેળવ્યું હોત, તો જિંદગીનો ફેરો કેટલેક દરેજ્જે સફળ થયેલો ગણાત આવી જાતનો અસંતોષ મનમાં ઉત્પન્ન થાય, અને કાંઇક નવી જાતનું જીવન ગુજારવા માટે જીવ અંદરથી તલબગાર થાય, ત્યારે તે વીષેનું જ્ઞાન મેળવવાની ખરી ઇંતેજારી થાય છે.

જેઓને આવું જ્ઞાન મેળવવાની તક નાની વયથી મળે છે, તેઓ ખરેખરા ભાગ્યશાળી છે, પણ મોટે ભાગે તો એવા ઘણા હોય છે કે જેમને તક મળે છે છતાં લેવાની દરકાર કરતા નથી; તે બિચારા ખરે જ દયાને પાત્ર છે. એવા સાધારણ વર્ગનું પ્રમાણ, દુનિયામાં વધુ હોવાથી જ, માણસનું પ્રકટીકરણ બહુ ધીમું ચાલે છે અને સુખ કરતાં દુઃખ પણ વધુ હોય એમ તેમને જણાય છે.

૨. આપણી કુટેવો કાઢી નાખવી.

ઊંચ અને સુખી જીવન ગુજારવા માટે બીજી એક અગત્યની બાબત છે તે ઉપર પણ ધ્યાન આપવું જોઇએ. આપણી ટેવો, જે આપણા સુખની આડે આવે તેવી હોય, તે સુધારવી જોઇએ. ઘણાં જણને પોતાની નાની ખામીઓ, નબળાઇઓ, ચોક્કસ માન્યતાઓ, વસ્તુઓ કે માણસો તરફની આસક્તિ (predilections), તેમ જ કોઇની વિરુદ્ધનાં ખોટાં મતો (prejudices) વગેરે છોડવાનું કામ બહુ જ ભારે લાગે છે. વળી કોઇ માણસો સાથે આપણે કામ ન જ કરી શકીએ, અને અમુક સાથે જ કરીએ, એ પણ ખોટું છે. જેઓ સાથે આપણને પરવડતું ન હોય, તેઓ સાથે પણ સંપીને કામ કરતાં શીખવું, એ અગત્યનું છે. આવી રીતે કામ કરતાં, આપણે બીજાંને વધારે સારી રીતે ઓળખી શકીએ છીએ, અને ઘણી વખત, તેઓ માટે કાંઇ ખોટા અણગમો હોય તે દૂર થાય છે.

બીજાં માણસની કાંઇ પણ ખામી તરફ સહનશીલતાથી જોતાં શીખવું અને તેને માટે બીજાં કોઇ આગળ બૂરું બોલવું નહિ. તે જ પ્રમાણે જે કામ આપણું ન હોય ને બીજાં પોતાને ગમે તે રીતે કરતાં હોય, ત્યારે તેના કામમાં વગર પૂછ્યે માથું મારવું નહિ. સૌએ પોત પોતાના કામ ઉપર ધ્યાન આપવું. જ્યારે કોઇ સલાહ કે મદદ માંગે, ત્યારે ખુશીથી તે આપવી. પણ આપણને જે રીત પસંદ હોય તેના કરતાં બીજાંની રીત જુદી હોય, તો તે ખોટી જ છે એમ ધારી લઇને તેના કામમાં હરકત કરવી નહિ. વળી કોઇની સાંભળેલી વાત બીજાં આગળ, વગર કારણે કદી બોલવી નહી. કોઈનું કાંઇ ભલું થતું હોય તો જ બોલવું.

ગમે તેવું નજીવું વચન, કાંઇ પણ કામ કરવા માટે આપ્યું હોય, તે સારી રીતે પાળવું; પછી તે આપણાથી મોટાંને આપ્યું હોય કે નાનાને; નાનાં

બાળકોને પણ જો કાંઇ વચન આપ્યું હોય, તો તે પાળવા ચૂકવું નહિ. વધારે અગત્યનું તો એ છે કે આપણે પોતે આપણા જીવાત્મા (Higher Self) ને જે વચન આપ્યાં હોય, કોઇ કાર્ય અમુક વખતે પૂરું કરવા માટે કે આપણી અમુક ખામીઓ કે નબલાઇઓ સુધારવા માટે, તે ચૂકવાં નહિ; કારણ તે પાળ્યાથી આપણું ચારિત્ર ઘડાય છે, અને એ જ રીતે આપણે સુખના માર્ગ ઉપર ઝડપથી આગળ વધીએ છીએ.

૩. આપણી ખામીઓ સુધારવી. ઘણી વેળા આપણી નાની દેખાતી ખામીઓ, જે ઉપર આપણે ધ્યાન આપીને સુધારવાની દરકાર રાખતા નથી, તે જ આપણા સુખની આડે આવે છે, અને તેથી આપણને અને બીજાને દુ:ખી થવું પડે છે.

૧. દુનિયાના મોટા ભાગમાં ખોટી ગરરી (હું-પણું) કે મિથ્યાભિમાન (Vanity) હોય છે. પોતાના રૂપરંગ માટે, દોલત કે સત્તા માટે, હોશિયારી માટે, અને બીજી કોઇ ને કોઇ રીતે પોતાના મનથી તે એમ સમજે છે કે "મારા જેવો કોઇ નથી" અને બીજાં તરફ તિરસ્કારથી જોઇ, તેઓની હાંસી કરે છે તથા તેઓને વગોવે છે. પોતામાં જે કાંઇ સારું હોય તેનો લાભ બીજાને ખુશીથી આપવો જોઇએ, અને નમ્રતાથી તે માટે પ્રભુનો ઉપકાર માનવો જોઇએ. નમનતાઇનું નીચાણુ કબૂલ કર્યા વગર, કોઇ પણ મોટાઇના ઊંચાણુ ઉપર જઇ શકતું નથી. જે ખરા જ્ઞાની ને મોટા છે તે વધારે નમ્રતા ધારણ કરે છે. અભિમાન અને અહંકાર પણ દુ:ખનાં કારણો છે. માટે એ ખામીથી દૂર રહેવાની ચાલુ કોશિશ કરવી જોઇએ.

૨. કેટલાંકમાં અભિમાન ન હોય છતાં બોલવામાં અને રીતભાતમાં, એક જાતની અસભ્યતા (rudeness) કે કઠોરતા (coarssness) હોય છે; આથી બીજાંની લાગણી દુખાય છે. એ પણ ન જોઇએ. દરેક જણે પોતાની વર્તણુંક દરેક રીતે સભ્ય અને વિનયી (Refined and polished) રાખવી. આપણા કરતાં નાના તેમ જ નોકરો તરફ પણ તિરસ્કાર કે કઠોરતાથી વર્તવું નહિ. તેઓની લાગણી દુખાય અને તે દિલગીર થાય, તો આપણે સુખી થઇ શકીએ જ નહિ.

૩. ઘણાં લોકો બીજાંમાં રહેલી ખામી જુએ છે અને તેની જ ટીકા કરે છે; તેથી સામાની ખામીમાં વધારો થાય છે. ચાલુ ખામીઓ ઉપર જ

ટીકા કરવાથી, આપણા પોતાનાં મનની શાંતિ પણ ખોરવાઈ જાય છે અને નજીવી બાબતોમાં ચિંતા કરવાની ટેવ પડી જાય છે. સામા માણસમાં અમે એટલી ખામી હોય તે ઉપર ધ્યાન ન આપતાં, તેનામાં એક પણ સારી ખૂબી હોય, તો તે જ શોધીને હંમેશ તેની જ તારીફ બીજા આગળ કરવી.

૪. જેઓ કોઈ પણ કાર્યમાં મશગૂલ રહેતા હોય, તેઓને પોતાના કામ તરફ એટલો બધો અનુરાગ (attachment) હોય છે કે તે કામ જો તેઓના હાથમાંથી લઈને બીજાને સોંપવામાં આવે, તો તેઓને ઘણું દુઃખ થાય છે. જો દરેક કાર્ય કાંઈ પણ સ્વાર્થી મતલબ વગર, બદલાની આશા વગર, અર્પણતાના ખ્યાલથી થયું હોય, તો તે કોઈ પણ કરે, ત્યારે તેટલી જ ખુશાલી લાગવી જોઈએ. એ જાતની વિરક્તિ (detachment) સઘળી ચીજોમાં રાખતાં શીખવું જોઈએ; એટલે કોઈ પણ માણસ, વસ્તુ કે કાર્ય ઉપર એવી રીતે દિલ કે મન ચોંટવું ન જોઈએ કે એ તો મારું જ છે, અને કોઈ બીજાનો એ ઉપર હક નથી.

૫. કોઈ કાંઈ જોરથી અથવા કડવા શબ્દોમાં બોલે, અને આપણી કામ કરવાની રીત ખોટી છે અને પોતાની જ બરાબર છે એમ દેખાડે, ત્યારે આપણાં મનમાં માઠું લાગે છે; જ્યારે પણ કોઈ કાંઈ અપમાનભર્યું બોલે ત્યારે તે મનમાં લઈને દિલગીર થવાને બદલે, શોધી કાઢવું કે તેણે કહ્યું તેમાં કાંઈ પણ વજૂદ છે કે? જો તેમ હોય તો તે ખામી કે ભૂલ સુધારવી; અને મનથી તે માણસનો ઉપકાર માનવો. કારણ તેણે તે ખામી અપમાન કરીને બતાવી ન હોત, તો આપણને સુધરવાની તક જ ન મળત. પણ જો તેમાં ખરેખર કાંઈ વજૂદ ન હોય, અને તેણે કાંઈ ભલતું ધારી દીધું હોય કે ગેરસમજુતી હોય, તો તેની પણ દરકાર ન કરવી; તે ઉપર વિચાર જ ન કરવો.

૬. જે કોઈ દરેક બાબતમાં સાંકડા મનથી ને ટૂંકી નજરથી જુએ, તે કદી સુખી થઈ શકે નહિ. ધર્મની બાબતમાં કહો, કે સંસારની બીજી કોઈ પણ સાધારણ બાબતમાં, બાતેનનો (ભીતરનો) અર્થ અને હેતુ સમજ્યા વગર, ખાલી બહારની જ ચીજો ઉપર ધ્યાન આપી, ખોટા વહેમોથી દોરવાઈ, ખોટાં અનુમાનો કાઢીને, બીજાને વગોવવું, એ જ્ઞાની માણસ કદી કરે નહિ.

૭. વળી એ પણ યાદ રાખવું જોઇએ કે દરેક જણે પોત પોતાની ખામી શોધી તેને જ સુધારવાની કોશિશ કરવી જોઇએ. પોતાની ખામી ઉપર આંખ મિંચામણાં કરીને બીજાને સુધારવાની કોશિશ કરીએ તે ફોકટ છે. સૌએ પોતે જ મહેનત કરીને, પોતાની ખામી ઉપર કાબૂ મેળવીને, આગળ વધવાનું છે. આપણું જીવન અને આપણું ચારિત્ર એવાં જોઇએ કે તે જોઇને જ બીજાં ઉપર અસર થાય અને તેઓ પણ તેવાં થવાને આકર્ષાય.

આવી અને બીજી અનેક ખામી જે આપણા પોતામાં હોય તે શોધીને સુધારીએ, ત્યારે જ આપણે સુખી થઇ શકીએ.

૪. બીજાંઓ તરફ સહનશીલતા.

આપણે જોયું કે દરેક જણે પોતાની ખામીઓ, નબળાઇઓ જે હોય તે શોધીને, પોતા તરફ સખત થઇને તે સુધારવાની ચાલુ કોશિશ કરવી જ જોઇએ. પણ બીજાંમાં, ખાસ કરીને આપણા કરતાં જ્ઞાનમાં, ઉંમરમાં અને દરેક રીતે ઊતરતાં નાનાં જીવો, ગુનેગારો, નોકરો વગેરે હોય, તેઓ તરફ ઉદાર નજરથી, પ્રેમથી, મોટાં દીલથી જોઇને સહનશીલતા દેખાડવી જોઇએ.

ઘણા લોકો એમ ધારે છે કે બીજાંના કાંઇ ખામી હોય તે માટે તેના મોઢાં ઉપર, સખત શબ્દોમાં, તે માણસની લાગણી દુખાય તે રીતે કહી દેવી. અને એ રીતે મોઢાં ઉપર તડ ને ફડ કરવામાં તેવો કાંઇ વડાઇ માને છે. પણ તેમ કર્યાથી સામાની લાગણી કેટલી દુખાય છે, તેનો તેઓ ખ્યાલ રાખતા નથી. એ ટેવ સુધારી, જો કોઇનામાં કાંઇ ભૂલભરેલું દીસે, તો તેને બાજૂ લઇ જઇ, નમ્રતાથી, સારી રીતે તેની ભૂલ બતાવવી. જો તેના ધ્યાનમાં ઉતરે તો ઠીક, નહિ તો તેની પૂઠે લાગવું નહિ, અનુભવથી તે પોતે જ શીખશે.

આપણા કરતાં ઘણાં વધારે ઊંચ પગથિયાં ઉપર, બીજા મહાન જીવો છે, અને હાલમાં આપણે છીએ તે જ હાલતમાં તેઓ પણ એક વખત હતા. તેઓ આપણા તરફ સખ્તાઇથી જોતા નથી, શિક્ષા કરતા નથી, પણ ઘણા જ પ્રેમથી, ધીરજથી, સહનશીલતાથી આપણી તરફ રહેમ કરીને સર્વ ચલાવી લે છે. કારણ તેઓ ફકત આપણી બહારની ખામી તપાસતા નથી. તે જ રીતે, આપણાથી ઊતરતાં તરફ આપણે જોવું જોઇએ.

દરેક જીવને સંપૂર્ણ થવા માટે, દરેક અનુભવ મેળવવા, અનેક ખામી-ઓમાંથી પસાર થવાનું જ છે. એટલે બીજામાં જે ખામી હોય તે તરફ દયા ને સહનશીલતા દેખાડવી જ જોઇએ.

કોઈ અમુક કાર્યનું પરિણામ આપણે ધારતાં હોયએ તેવું ન આવે, તો આપણે નાસિપાસ થઈ જઇએ છીએ. તે કરવાની આપણી મતલબ કાંઈ ઊંચી હોય, છતાં બાહેરના સંજોગો ઉપરથી એવું લાગે કે આપણે કોઈ સ્વાર્થી મતલબને ખાતર જ તે કાર્ય કર્યું, તો દુનિયાના લોકો ગમે તે બોલે અને આપણને વગોવે, તેથી નારાજ થવું નહિ.

દરેક ભલું કાર્ય, બીજું ભલું કાર્ય કરવાની તક લાવે છે. અને આપણે જો કાંઈ બદલો માગવો હોય, તો ફકત એ જ માગવો કે વધારે સારાં કાર્યો કરવાની શકિત અને તકો મળતી રહે, અને આપણે જ્ઞાનથી, ડહાપણથી તેનો સારો ઉપયોગ કરતાં રહીએ.

૫. સંતોષ અને શાંતિ.

સુખી જીવનમાં ચિંતાને સ્થાન હોવું જોઇએ નહિ. ઘણા લોકો જ્ઞાનની (ન્યૂનતા) ખોટને લીધે, જુદાં જુદાં કારણે ખોટી ચિંતા રાખીને નકામાં દુઃખી થાય છે. કોઇને મોત માટે બીક હોય છે. "મોત શું છે, તે પછીની હાલત કેવી હશે, તે માટે શું તૈયારી કરવી જોઇએ", વગેરે સવાલો દરેકના મનમાં આવે છે. જે કોઇ તે વીષે જ્ઞાન મેળવી તૈયાર રહે છે, તે પોતાના મોત માટે, તેમ જ કોઇ વહાલું ગુજરી જાય ત્યારે સહેજ પણ બીક રાખતો નથી. કારણ તે જાણે છે કે દુઃખ ખાલી ખાકી શરીરની જુદાઇનું છે.

કોઇ પોતાની દોલત રખેને ઓછી થઇ જાય, તેની ચિંતા કરે છે. કારણ તે જાણતો નથી કે અંતરનું ખરું સુખ, જે હમેશ માટે રહે છે, તે મોટર ગાડી, ધન દોલત ને વાડી બંગલાથી મળી શકતું નથી.

કોઇ પ્રેમ માટે ફીકર રાખે છે. પોતાના કરતાં કોઇ બીજા ઉપર પ્રેમ જાય અને પોતાની ઉપરથી ઓછો થાય, એ બીક તેને રહે છે. પ્રેમ માટે આપણે હવે પછી લંબાણથી જોઇશું, ત્યારે જાણીશું કે આ બીક પણ ખોટી છે.

વળી કોઇ પોતે પોતાને જે વાજબી લાગે તે કરે, છતાં 'દુનિયાના લોકો તે માટે શું બોલશે?' એ ખ્યાલથી દુઃખી થાય છે. જે જ્ઞાની હોય તે આવી બીક રાખતો નથી. હજારો લોક જેઓને કોઇ અમુક બાબતનું જ્ઞાન ન હોય,

તે વિષે સમજતા ન હોય, તે અજ્ઞાનપણે ભલે તે બોલે, તેથી આપણું અંતઃકરણ કહે તે અને જે વાજબી હોય તે ન કરતાં, બીજાના બોલવાનો ડર રાખી ખોટું કરવું, એ ઠીક કહેવાય નહિ. નાની બાબતોમાં લોકોને ખુશી કરીએ તો ચાલે, પણ જે અગત્યની બાબત હોય, તેમાં જે વાજબી લાગે તે જ કરવું; તેમાં લોકોના બોલવાની ખોટી ફીકર રાખવી નહિ.

જેનામાં પ્રેમ સાથે જ્ઞાન હોય તે કશાથી પણ બીતો નથી. ખુદાના નામથી, તે સર્વ કાર્યો હિંમતથી કરી લે છે. પ્રભુને સર્વ અર્પણ કરી દે છે. ફળની આશા કે પરવા તે કરતો નથી. જે કાંઇ કરે તે પોતાથી બને એટલી સરસમાં સરસ રીતે કરી લે અને તેનું પરિણામ જે પણ આવે તે માટે તે ચિંતા રાખતો નથી.

વળી જે સંતોષથી રહી શકે, તેને પણ ફિકર કે બીક હોતી નથી. તેનું કાંઇ પણ જતું રહે, કે ઓછું થાય, છતાં તે સંતોષથી રહી શકે છે. બીજાનું સારું જોઈ તે અદેખો થતો નથી. પણ પોતાના કરતાં ઊતરતા અને ઓછા સુખી માણસોને જોઇને, પોતે જે સ્થિતિમાં હોય તે માટે સંતોષથી શુક્રગુજારી કરે છે. પણ આથી એમ ઠરતું નથી કે ખોટી જાતનો સંતોષ પકડી, આપણી સ્થિતિ સુધારવા, ખામીઓ ઉપર કાબૂ મેળવવા અને બીજાની સેવા કરવામાં વધારે ને વધારે મહેનત અને કોશિશ કરવાને બદલે, ત્યાં જ સંતોષથી થોભી જવું. જે કાંઇ કીધું હોય તેથી ફુલાઇ જઇને, મનમાં જો અહંકાર લાવીએ કે "મેં આટલું કીધું અને હવે વધુ કરવાની કાંઇ જરૂર નથી" તો તે ઘણું જ ખોટું એને હરકતરૂપ થઇ પડે છે.

આપણુ સર્વની છેવટની નેમ સંપૂર્ણ થવાની છે. તેને માટે દરેક નાની મોટી ખામી ઉપર કાબૂ મેળવવાની જરૂર છે. તેમ જ બીજાની સેવા કરવા જે આતુર હોય, તે થોડું ઘણું કરીને સંતોષથી બેસી શકે નહી. કારણ, બિનસ્વાર્થી સેવા કરનારના માર્ગમાં એક પછી એક તકો આવ્યા જ કરે છે. તે તકો ઉમંગથી પકડી લે, તો વધુ ને વધુ સરસ તકો મળે છે. માટે જ થોડું કરીને બેસી ન રહેતાં, હંમેશ વધારે ને વધારે કરતાં રહેવું જોઇએ. પણ વળી એ પણ ધ્યાન રાખવું, કે જે કાર્ય સારી રીતે પાર પાડવાની આપણામાં શકિત ન હોય કે પૂરો અવકાશ ન હોય, તે કાર્ય માથે વહોરી લેવું નહિ. એમ માથે વહોરી લેવાથી તે કાર્ય પણ બગડે છે, અને વળી કોઇ બીજાને આપણે તે કાર્ય કરતો રોકીએ છીએ, જે એક બૂરું કર્મ કીધેલું ગણાય.

સુખી જીવન ગુજારવા માટે, જે એક અગત્યનું પગથિયું છે તે ભુલાવું ન જોઇએ. દરેક જણે પોતાની જિંદગીમાં રસ ને

૬. જિંદગીમાં રસ લેતાં શીખવું.

ઉલટ (Interest and enthusiasm) રાખવાં જોઇએ. તેમ કરવા માટે આપણી લાગણીઓ અને મન ઉપર કાબૂ જોઇએ અને તે સારાં, ઉપયોગી કાર્યોમાં હંમેશ રોકાયેલાં રાખવાં જોઇએ. દરેક કેળવાયલો માણસ તેમ કરી શકે, અને તેની એ ફરજ છે. કારણ જંગલી માણસ તો ફક્ત ઇન્દ્રિયોમાં જ સુખ કે દુઃખ માને છે, પણ સાધારણ આગળ વધેલા માણસો જેઓને વધારે જિંદગીના અનુભવો મળ્યા છે, તેઓએ વધારે વિવેક અને ડાહપણથી વર્તવું જોઇએ. જંગલી માણસ શરૂઆતના તબક્કામાં હોવાથી કર્મ એકઠાં કરે છે; પણ આપણે તો કર્મથી છૂટાં થવાનું છે.

જો આપણે દુઃખમાંથી શાંતિ ને ખુશાલીથી પસાર થઇએ, તો દરેક દુઃખ ને તકલીફ અકેક આગલુ કર્મ ભરપાઇ કરીને, આગળ વધવાની તક આપે છે. જિંદગીમાં રસ અને ઉલટ રાખવા માટે, આપણી વિચારશક્તિ અને કલ્પનાશક્તિ (Imagination) ખીલવવી જોઇએ. ધીમે ધીમે ખાકી શરીર, લાગણી અને વિચારમાં જ રચ્યા પચ્યા ન રહેતાં, તે બધાંની પાછળ રહેલા જીવાત્માનો ઝાંખો પણ અનુભવ લેવાની કોશિશ કરવી જોઇએ.

આપણા શરીરને કે લાગણીને ગમે તે દુઃખ થાય, છતાં સુખનું ખરું રાજ્ય જે હજી વધુ ઊંડાણમાં છે, તેને કશી પણ હરકત પૂગી શકતી નથી. માટે દુનિયાની ગડબડ અને ઘોંઘાટમાંથી, દરરોજ થોડો વખત દૂર થઇને, શાંતિમાં બેસીને, ઊંચ વિચારો, સારા સદ્‌ગુણો, મહાન જીવો અને ઇશ્વરની નેમ, એ સર્વે ઉપર ધ્યાન ધરવું જોઇએ. એમ નિયમિતપણે કર્યાથી, ધીમે ધીમે તે ઊંચ ભુવનની શાંતિ આપણા રોજિંદા જીવનમાં ઉતારી શકીશું અને નીચલાં શરીરોનાં બંધન, દુઃખ અને કંટાળાથી છૂટાં થઇને, જે સચ્ચાઇ શોધવા માટે આપણે કોશિશ કરતાં હોઇએ તે શોધી શકીશું.

એવા ઊંચ ખ્યાલોમાં રહેવાથી, તેમ જ લાગણી, વિચારો વગેરે ને કાબૂમાં રાખ્યાથી, જિંદગીમાં કાંઇ નવી જ ઉલટ અને રસ પેદા થશે અને સાધારણ રીતે બધાંને જેમ જીવન દુઃખી ને કંટાળારૂપ લાગે છે તેમ નહિ લાગશે.

જે આગળ વધેલા જીવો છે, તેઓ સર્વ જાતના અનુભવોમાંથી પસાર થયેલા હોવાથી, તેઓથી ઊતરતાં સર્વનું દુઃખ, તેની અસર અને કારણ વગેરે સારી રીતે સમજે છે; એટલે તેઓ અણદીઠ રીતે બધાંને ચાલુ મદદ કરતાં રહે છે.

૭. બીનોઇ જ્ઞાન.

બહેસ્ત જેવી ઊંચ હાલતનો ભોગ આપી, ખાકી શરીરમાં જન્મ લઇને, આખી મનુષ્યજાતની સેવા તેઓ કરી રહ્યા છે. બીજાંના જીવનમાં સહેજ પણ ખુશાલી ને સુખ આપવું, તેમાં જ તેઓ પોતનું સુખ માની લે છે, અને તેઓ ઇચ્છે છે કે તેઓની હાથ નીચેના બધા એવું જીવન ગુજારી, જ્ઞાનથી, સેવાથી અને ખુશાલીથી તેઓના કામમાં મદદગાર થાય.

તે મહાન જીવો જેઓ સંપૂર્ણતાની ટોંચે પૂગીને એ રીતે દુનિયાનું રક્ષણ કરે છે, તેઓની મોટામાં મોટી દિલગીરી એ જ છે કે તેઓના શિક્ષણનો લાભ લઇ, બીનોઇ જ્ઞાન મેળવીને, તેનો ફેલાવો કરવા માટે દુનિયામાં ઘણાં જ થોડા જીવો તૈયાર છે. કેટલાં કિંમતી ગૌહરો, લોકો સામે જ્ઞાન રૂપે મૂકવામાં આવે છે, પણ કમનસીબે દુનિયાનો મોટો ભાગ તેઓને નકામા પથ્થર સમજીને ફેંકી દે છે. કારણ તે ગૌહરોની કિંમત પિછાણવાને હજુ તેઓના આત્મા તૈયાર નથી. નકામી તકલાદી ચીજોમાં જ તેઓ સુખ માને છે, અને જે ખરું હમેશનું સુખ છે, તે બતાવનારો માર્ગ તેઓ હજી જોઇ શકતા નથી.

એ જ રીતે સર્વ મહાન પયગંબરો, જ્યારે પોતાનો પેગામ ફેલાવવા આવે છે, ત્યારે પણ લોકો તેઓને સમજી શકતા નથી, અને પોતે અજ્ઞાન હોવાને લીધે, તે મહાન જીવોને હસી કાઢે છે, હેરાન કરે છે, અને કેટલીક વખતે તેઓના શરીરને પણ હાનિ પુગાડે છે. સારે નસીબે જ્યારે આવા મહાન જીવો પોતાના પેગામ ફેલાવે, ત્યારે તેઓના જ્ઞાનની કિંમત કરનાર થોડાક પણ ચેલાઓ હમેશ સાથે હોય છે, જેઓને બાતેનનું ખરું જ્ઞાન આપવામાં આવે છે; અને પાછળથી જ્યારે તે ચેલાઓ તે જ્ઞાનનો ફેલાવો બીજાંઓ આગળ કરે છે, ત્યારે ધીમે ધીમે લોકો તે મહાન પયગંબરની કદર પિછાણતા થાય છે, અને તેના વખાણ ગાઇ, માનથી, ભક્તિથી તેની યાદ કરી, તે શિક્ષણ અમલમાં મૂકવાની થોડીક કોશિશ કરે છે.

વારંવાર એ પ્રમાણે જુદા જુદા દેશોમાં વખતને અનુસરીને બીનોઇ જ્ઞાન આપવામાં આવે છે. તે લઇને તે પ્રમાણે જીવન ગુજારવાની, તેમ જ ખરું ઉત્તમ સુખ મેળવવાની તક જેઓના ભાગ્યમાં હોય, અને જેઓના કર્મ તૈયાર હોય, તેઓ તે પકડી લે છે.

કુદરતના જે કાયદાઓ છે, તે સર્વને એક સરખા જ લાગુ પડે છે. કોઇ તેમાં માનતું હોય ને કોઈ ન માનતું હોય,

૮. કુદરતના કાયદાની સમજણ. પણ તે તો પોતાનું કાર્ય કર્યે જ જાય છે. જેમ માણસોના ઘડેલા કાયદાઓમાં ફેરફાર થાય છે, તેમ કુદરતના કાયદામાં થતો નથી. કુદરતનું સર્વ કાર્ય જેમ નિર્માણ કર્યું હોય, તેમ જ હંમેશ ચાલ્યા કરે છે. આટલું જાણ્યા પછી, હવે આપણે થોડાક કાયદા ટૂંકમાં તપાસીશું:—

(ક) પ્રકટીકરણનો કાયદો (**Law of Evolution**):– કુદરતના કાયદામાં સૌથી પહેલો કાયદો આપણે પ્રકટીકરણનો તપાસીશું. તે કાયદાને અનુસરીને દરેક જીવને હંમેશ આગળ ને આગળ જ વધવાનું છે. ખનિજમાંથી ઝાડપાન, ઝાડપાનમાંથી જાનવર અને જાનવરમાંથી મનુષ્યની હાલતે પહોંચ્યા પછી, મનુષ્યમાંથી મહાત્મા, નરના નારાયણ થવાનું છે, એમ એ કાયદો શીખવે છે; અને તેથી એ કાયદાનું શિક્ષણ જે કોઇ મેળવે, તે હંમેશ ઉત્સાહી અને ખુશાલ રહે છે. ધારો કે એક મોટી સીડી છે અને તેનાં જુદાં જુદાં પગથિયાં ઉપર આપણે સર્વ છીએ. સીડીના સૌથી નીચલાં પગથિયાં ઉપર જંગલી માણસો, ઓછા જ્ઞાનવાળા, ગુનેગારો વગેરે નાના જીવો છે. વચલાં પગથિયાં ઉપર આપણા જેવા સાધારણ જીવો છે; અને ઉપલાં ઉપર વધારે ઊંચી હાલતે પુગેલા મહાન જીવો છે. તેઓ આપણને ઉપર ખેંચવા અને મદદ કરવા હંમેશ આતુર છે, અને આપણી ખામીઓ અને ભૂલો તરફ દયાથી, પ્રેમથી, સહનશીલતાથી જોઈ રહ્યા છે. તે જ પ્રમાણે આપણે પણ જેઓ આપણાથી ઊતરતાં પગથિયાં ઉપર હોય, તેઓ તરફ મોટા મનથી, પ્રેમથી, મદદનો હાથ લંબાવી, તેઓને જ્ઞાનમાં આગળ વધારવા અને તેઓના જીવનમાં ખુશાલી અને રોશની આપવા આપણી લાયકાત મુજબ હંમેશ તૈયાર રહેવું, એમ એ કાયદો સૌને શીખવે છે.

(ખ) પુનર્જન્મનો કાયદો (**Law of Reincarnation**):– બીજો કાયદો તે પુનર્જન્મનો એટલે ફરી ફરીથી જન્મ લેવાનો કાયદો છે. જો દરેક જીવને મનુષ્યમાંથી મહાત્મા થવું હોય, તો એક જિંદગી કદી પણ બસ થઇ શકે નહી. આપણી હજારો ખામીઓ ઉપર કાબૂ મેળવવા અને દરેક રીતે સંપૂર્ણ થવા માટે અનેક જિંદગીઓ લેવાની દરેક જીવને જરૂર પડે છે. દરેક નવી જિંદગીમાં કોઇ ને કોઇ નવા

અનુભવો આપણે મેળવીએ છીએ. પછી જ્યારે આ શરીર છોડી જઇએ, ત્યારે લાંબો વખત ઉપલાં ભુવનો ઉપર તે મેળવેલા અનુભવો બરાબર પચાવીને ડહાપણ, ઊંચી અભિલાષા (aspiration), હૃદયની નિર્મળતા, મનની તીવ્રતા વગેરે અનેક શક્તિઓ લઇને બીજે જન્મે પાછા આવીએ છીએ. એવી રીતે અનેક વખત જન્મ લઇ, આપણી ભૂલો સુધારતાં, અફળાતાં, ઠોકર ખાતાં, અનુભવ લેતાં, કેટલાક સદ્ગુણો ખિલવતાં, છૂપી શક્તિઓ બહાર પ્રગતાવતાં, આખરે સંપૂર્ણ થઇને તે મહાન સાહેબની નજદીક પહોંચીએ છીએ. પછી પણ આપણે આગળ ને આગળ વધતાં જ રહીએ છીએ. જંગલી હાલતમાંથી મહાત્મા બનવા માટે પુનર્જન્મની આમ જરૂર છે.

(ગ) કર્મનો કાયદો (Law of Cause and Effect) :- આ કાયદો એવું શીખવે છે કે દરેક જિંદગીમાં આપણે જેવા વિચારો, લાગણી, કાર્યો વગેરે કર્યાં હોય, તેનાં પરિણામ આપણને તે જ કે બીજી જિંદગીમાં ભોગવવાં પડે છે. આપણા વિચાર, લાગણી અને કાર્ય સારાં હોય કે બૂરાં, તે પ્રમાણે આપણે સુખ કે દુઃખ મેળવીએ છીએ. આપણું કુટુંબ, સંજોગો, શરીર વગેરે આપણે ગત્ જન્મોમાં જે રીતનું જીવન ગુજાર્યું હોય, તે પ્રમાણે આ વખતે મળે છે; એટલે તે સારાં હોય કે બૂરાં, તે સર્વ આપણે પોતે ઊભાં કરેલાં કારણોનું જ પરિણામ છે.

જો આપણે બીજાને શરીરનું કે મનનું દુઃખ દીધું હોય, તો તે પ્રમાણે આપણને શરીરથી કે મનથી આ જન્મે ખમવું પડે છે. આમ આપણું નસીબ ઘડનાર આપણે પોતે જ છીએ. કોઇ પણ દુઃખ માટે આપણે બીજાને દોષ દઇએ, તે ફોકટ છે. બીજાને લીધે આપણે દુઃખ ખમતાં નથી, પણ આપણા કોઇ કર્મને લીધે જ તે દુઃખ દેનાર માણસ આપણા સમાગમમાં મુકાય છે, અને એ રીતે આગલું કર્મ ભરપાઇ થાય છે.

જે કોઇ આ કાયદાનો સારી રીતે અભ્યાસ કરે છે, તે સમજતો થાય છે કે કોઇની પણ તરફ ધિક્કાર, ગુસ્સો કે અભાવ હોય, કે કોઇ આપણને દુઃખ દેતું હોય, તો તેના તરફ પ્રેમના શાંતિના વિચારો મોકલ્યાથી જ, તેની સાથનું કર્મ છૂટું થઇ દુશ્મનાવત તૂટે છે. નહી તો

જન્મોજન્મ કોઇ ને કોઇ રીતે બન્ને જણ દુશ્મન તરીકે જન્મી, જાતે દુઃખી થઇ, એકમેકને દુઃખી કરે છે. બીજું, જ્યારે કોઇ પણ દુઃખ કે આફત આવે, ત્યારે તે પોતાની જ કોઇ આગલી કે હાલની ભૂલનું પરિણામ છે એમ સમજ્યાથી, જ્ઞાની માણસ તે દુઃખમાંથી શાંતિથી ને ખુશાલીથી પસાર થાય છે; જ્યારે અજ્ઞાની દુઃખી થઇ ગભરાટ કરે છે. જેઓ શાંતિથી પસાર થાય છે, તેઓ પોતાનું આગલું કર્મ ભરપાઇ કરવા ઉપરાંત બીજું નવું સારું કર્મ પોતાને ખાતે નોંધાવે છે. ગમે તેવા સંજોગોને તેઓ તક તરીકે ગણીને તેનો લાભ લઇ, પોતાનું જીવન ઊંચું બનાવે છે. સર્વ અનુભવોમાંથી જ્ઞાન ને ડહાપણ મેળવી, તેનો ઉપયોગ તે બીજાંને મદદગાર થવામાં કરે છે. અજ્ઞાની દુઃખી થઇ, બીજાંને દોષ દેવામાં, એનું વેર લેવામાં, પોતાની શક્તિ ને વખત બરબાદ કરે છે. આગળ વધવાને બદલે બીજાં નવાં ખરાબ કર્મો પોતાને માટે ઉભાં કરે છે, અને વધુ દુઃખી બને છે. ઘણી વેળા આપણા કાર્યોમાં ઘણી મહેનત કરવા છતાં નાસિપાસી મળે છે, બીજાં વગોવે છે અથવા બીજાં આપણી સારી મતલબ સમજી ન શકવાથી તરેહવાર ટીકાઓ કરે છે. આપણને ત્યારે એમ લાગે છે કે ભલાં કાર્યો કરવામાં કાંઇ ફાયદો નથી, અને આપણી સર્વ મહેનત ફોકટ જાય છે. પણ આપણે આ વખતે યાદ રાખવું જોઇએ કે કુદરતમાં કાંઇ પણ ફોકટ જતું નથી. કદાચ આપણે ધારતાં હોઇએ તેવું પરિણામ નહિ મળે, છતાં તે મેળવવનો આપણે આપણી શક્તિ અને વખતનો જે સારો ઉપયોગ કર્યો, તેનું પરિણામ એ ઉપજે છે કે આપણી શક્તિમાં વધારો થાય છે, સારાં કાર્યો કરવાની તક આપણને વધુ મળે છે. આ ખ્યાલથી જ્યારે પણ કોઇ કાર્યમાં નાસિપાસી મળે, ત્યારે હંમેશ આશાવંત અને શાંત રહેવું, અને ખાતરી રાખવી કે જે કાંઇ દુઃખ, નાસિપાસી અને અન્યાય લાગે છે, તેમાં પણ કુદરતની કાંઇક ઊંડી મતલબ હોવી જોઇએ, જે આપણે હાલ સમજી શકતાં નથી.

દરેક સુખ યા દુઃખના અનુભવમાંથી આપણને કાંઇ ને કાંઈ શીખવાનું મળે છે, આપણી કેટલીક શક્તિઓ ખીલે છે, કેટલીક ખામીઓ ઉપર આપણે કાબૂ મેળવતાં શીખીએ છીએ, કેટલાક સદ્ગુણો પ્રાપ્ત થાય છે, અને એ રીતે આત્માની ખિલવણી થઇ એકેક પગથિયું આગળ જ વધીએ છીએ. કુદરતમાં કાંઇપણ મતલબ વગરનું અને નકામું હોતું જ નથી.

જે કોઈ આ કાયદાનો બારીકીથી અભ્યાસ કરે છે, તે દુઃખને વખતે શાંતિ રાખી શકે છે, થઇ ગયેલી ભૂલો માટે નકામો વિલાપ કરવામાં, વખત ને શક્તિ બરબાદ કરતો નથી, સર્વ તરફ ભલા વિચાર અને ભલી લાગણી ધરાવે છે, બૂરું કરનાર માટે પણ ભલું માગે છે, અને હંમેશ ખુશાલી અને શાંતિથી આગળ વધી, પોતે સુખી થઇ, બીજાને પણ સુખ આપી શકે છે.

(ઘ) ફરજનો કાયદો:- બીજો જે અગત્યનો કાયદો સમજવાની જરૂર છે, તે ફરજનો કાયદો છે. જે કોઇના સમાગમમાં આપણે આવીએ, તેની તરફ આપણે કોઇ ને કોઇ ફરજ બજાવવાની હોય છે; કોઈ ને કોઈ રીતનું ફરજનું કરજ એકમેક તરફ ભરપાઇ કરવા માટે જ આપણે એકબીજાના સમાગમમાં આવીએ છીએ. જુદા જુદા માણસો તરફની ફરજ જુદી જુદી હોય છે; જેમ કે આપણા કરતાં જે ઘણા ચઢતા અને આગળ વધેલા હોય, તેઓ તરફ માન અને વફાદારી રાખી, તેઓની તાબેદારી કરવી; આપણા જેવા હોય તે સર્વ તરફ નમ્રતા અને પ્રેમ બતાવી, બને એટલા મદદગાર થવું; આપણાથી જે કોઇ ઊતરતા હોય, તેઓ તરફ દયા, સહનશીલતા અને મોટું મન રાખી, તેઓનું જતન કરવું, આ આપણી ફરજ છે.

એ રીતે જેઓ સાથે કુટુંબી સંબંધ હોય તેઓ સાથે કુટુંબી ફરજ ઉપરાંત, ઓળખાણ પિછાણના અને મિત્રો તરફ, દેશ તરફ,, કોમ તરફ, જુદી જુદી ફરજો બજાવ્યાથી જ સુખના માર્ગ તરફ જવાય છે. જો કોઇ પોતાની ફરજ ચૂકે અને જોખમદારી ન સમજે, તો તે પોતે જ પોતાના દુઃખને આમંત્રણ આપે છે.

કોઇ પણ આપણા સમાગમમાં મુકાય, તો તે પહેલાં મળ્યો તેના કરતાં કોઈ રીતે વધારે ચડતો માણસ થઇને, યા સહેજ પણ સારો થઇને, ખુશાલ થઇને, કે કાંઇ જ્ઞાન મેળવીને જાય, તેનો વિચાર કરીને તે રીતે તેની સાથે વર્તવું જોઇએ. તેમ જ દુઃખી, દિલગીર માણસ આપણી પાસે આવે, ત્યારે તેના દુઃખમાં દિલસોજીભર્યો ભાગ લઇ, તે પાછો જાય ત્યારે તેના દુઃખનો ભાર થોડેક અંશે પણ ઓછો થયો હોય, તેમ તેને લાગે એવું કરવું જોઇએ.

કોઇ નબળો માણસ હોય તો તેને હિંમતના શબ્દો કહી તેને કાંઇક શક્તિ આપવી જોઇએ. જ્યાં પણ જઇએ ત્યાં દયા, ધીરજ, હિંમત અને ડાહપણના વિચારો અને શબ્દોથી બીજાંની જંજાળો, મૂંઝવણો અને ગૂંચવણો ઓછી થાય તેમ કરવું જોઇએ. આપણા શબ્દો કે કાર્યોથી તેઓની તકલીફમાં આપણે કાંઇ ઉમેરો ન કરી આપીએ, તેની ખૂબ સંભાળ રાખવી. દુનિયામાં દુઃખનો ભાર કાંઈ ઓછો નથી. છતાં આપણા સર્વની ફરજ હંમેશાં ખુશાલ રહી ગમે તેવી આફતો આવે તો પણ અંદરથી શાંતિ જાળવી, સર્વ ઠેકાણે ખુશાલી, આનંદ ને સુખ ફેલાવવાની છે. આપણે જ્યાં જઇએ ત્યાં શાંતિ, સુલેહ ફેલાય અને બીજાંને કાંઇક રાહત મળે, ત્યારે આપણે ખરી ફરજ બજાવેલી કહેવાય. જો એ રીતે ન કરી શકીએ, તો આ દુનિયામાં જન્મ લેવાની મતલબ ન જ સચવાય. બીજાંને આપણા પ્રેમથી, વહાલથી પ્રકટીકરણમાં આગળ વધારવાં, એ આપણી મોટી ફરજ છે. જે કોઇ સુખી જીવન ગુજારવા માગતું હોય, તેના મોંમાંથી કડવા, નિંદાના, કોઇનું બૂરું થાય તેવા, કોઈની ઉપર આળ મૂકનારા કે કોઇને માટે શક ઉત્પન્ન કરનારા શબ્દો નીકળવા ન જોઇએ. પડતા માંણસને હાથ આપી ઉઠાડવો, એ આપણી ફરજ છે. યાદ રાખવું કે આજે આપણે ખડે પગે ઊભાં છીએ, પણ કાલે ઊઠીને આપણી પણ કંઇ ચૂક થાય અને આપણે પણ પડીએ, તો બીજાંના મદદગાર હાથોની આપણને પણ જરૂર પડશે જ.

કુદરતમાં બીજા પણ અનેક કાયદા છે અને તે સઘળા કાયદા પ્રમાણે જે ચાલે છે, તે સુખી થાય છે. તે સર્વના ઊંડાણમાં આપણે હાલ જઈ શકતાં નથી. પણ જે કેટલાક ઘણા અગત્યના છે, તે આપણે ટૂંકમાં જોયા છે. તેનો વધારે સારી રીતે અભ્યાસ કરીને, જીવનમાં તેનો ઉપયોગ કર્યાથી, સુખ મેળવી શકાય છે. હવે દરેક જણ સુખ શામાં માને છે, અને તે મેળવવા કેવી કોશિશ કરે છે, તે જોઇશું. દરેક જીવ પ્રકટીકરણના જુદા જુદા તબક્કા પર હોવાથી, દરેકની સુખ શોધવાની રીત અને માન્યતા પણ જુદી જ હોવી જોઇએ; કારણ સર્વને અમુક વખતે અમુક ચીજોની જરૂર પડે છે, અને તે પોતાની જરૂરિયાતો પ્રમાણે સુખ સગવડ મેળવવા અનેક રસ્તા શોધે છે. જ્યારે તે વસ્તુ તેને મળે છે, ત્યારે તેને આનંદ થાય છે.

જેમ તુરતનું જન્મેલું એક બાળક પોતાની માતાના હાથમાં હોય અને માતાનું દૂધ મળે એટલે સંતોષ પામે છે, કારણ

૯. શરીરની શુદ્ધિ.

તેનું સુખ તેમાં જ સમાયેલું છે, તેમ જ્યારે એક જીવ પ્રકટીકરણના છેક નીચલાં પગથિયાં ઉપર હોય, ત્યારે ફક્ત ખાકી શરીર અને ઇન્દ્રિયોની મજા મેળવવામાં તે સઘળું સુખ સમજે છે. ફક્ત ભૂખ લાગે ત્યારે ખાવું, તરસ લાગે ત્યારે પીવું, અને બાકીનો વખત ઊંઘવું, એટલામાં જ તેનું સર્વ સુખ સમાઇ જાય છે. ફક્ત ખાવા પીવાનું મેળવવાને જ ખાતર તે પોતાની ઊંઘ છોડીને મહેનત કરે છે, અને જ્યારે તેને તે ન મળે, ત્યારે દુઃખી થાય છે. એટલા માટે મહેનત કરતાં પણ તેની કેટલીક શક્તિ ધીમે ધીમે ખીલે છે. ધીરજ, ખંત, સંતોષના ગુણ, ઘણાં જ થોડા પ્રમાણમાં, કેટલીક જિંદગી પછી તે ખીલવી શકે છે. પણ બીજા માટે પ્રેમ યા સુખસગવડ સાચવવાની કશી પણ દરકાર તેનામાં હોતી નથી. ફક્ત પોતાના ખાકી શરીર માટે જે ઘણી જરૂરની ચીજો હોય, તે જ મેળવવાની તે કાળજી રાખે છે. પણ જેમ જેમ માણસ વધારે કેળવાયેલો (Civilised) થાય છે, તેમ તેમ તેની જરૂરિયાતો પણ વધે છે. સુખ સગવડની અને મોજની ચીજો તેને બધુ પ્રમાણમાં જોઇએ છે, અને તે સર્વ મેળવવા માટે તે પુષ્કળ વલખાં મારે છે. કેટલીક વખત તે મેળવવાની હદ ક્યાં રાખવી, કેટલું મેળવવું, ક્યાં અટકવું, તેનો વિચાર કર્યા વગર, જોઇએ તે કરતાં વધુ લોભ કરે છે, જેથી તેને પાછળથી ઘણું દુઃખ ખમવું પડે છે.

સાદો પુષ્ટિકારક ખોરાક વેળાસર અને નિયમિતપણે લેવાને બદલે, તબિયતને નુકસાન કરે એવા મીઠાઇ મેવાના, અને હવસ ઉત્પન્ન કરે તેવાં જાનવરી ખોરાક અને કેફી પીણા લઇ, ઇન્દ્રિયો, લાગણીઓ વગેરે ઉપરનો કાબૂ ગુમાવી બેસે છે, અને દુઃખી થાય છે. પણ એ સર્વ દુઃખ ખમતાં તેનામાં અનુભવ વધે છે; તેમાંથી તે જ્ઞાન લઇને શીખે છે કે ખરૂં સુખ બહારની તકલાદી ચીજોમાં, ખાકી શરીરને પંપાળવામાં, યા હદ ઉપરાંત તેને ઘસી નાખે તેવી રીતની મોજો પાછળ વાપરવામાં નથી જ; પણ સાદું અને ઉપયોગી જીવન ગુજાર્યાથી જ સાચું સુખ મેળવી શકાય છે.

૧૦. લાગણીઓની શુદ્ધિ.

પછી તે સમજતો થાય છે કે સુખ મેળવવા માટે ખાલી શરીર ઉપરાંત લાગણીઓને પણ શુદ્ધ રાખી, હૃદય પવિત્ર કરવાની જરૂર છે. લાગણીઓ શુદ્ધ રાખવા માટે દરેક જણે, પોતાની શકિત પ્રમાણે, કાંઇ ને કાંઇ કળાઓ કે હુન્નરો ખિલવવા જોઇએ. દરેક ચીજમાં સુંદરતા પિછાણતાં શીખવું જોઇએ. ખાસ કરીને જુવાનિયાઓ બહારની તકલાદી મોજશોખ પાછળ મોહ રાખી, પોતાની શકિત બરબાદ કરવાને બદલે, કોઇ જાતની સુંદર કળા કે હુન્નરમાં પોતાનો વખત રોકે, તો તેઓ પોતાનું મન ને ચારિત્ર સરસ રીતે ખીલવી શકે.

એક મહાન જીવનું કહેવું છે કે "સુખી જીવન ગુજારવા માટે દરેક જણે કોઇ ને કોઈ રીતે કળામય થઇ, નવું નવું કાંઇ ઉપજાવવું જોઇએ, અને તે દુનિયાને આપવું જોઇએ. કારણ તે સર્વ કુદરતની યોજનામાં જરૂરનું છે." દરેકનું જે કોઈ પોતાનું ઉપજાવેલું હોય, તે બીજા બધાંથી જુદું હોવાને લીધે જ, તે પોતના તેમ જ બીજાના સુખમાં, ખુશાલીમાં અને જ્ઞાનમાં ઉમેરો કરે છે. જેમ એક બગીચો, જે આપણને ઘણો આનંદ આપે છે, પણ તેમાં સર્વ એક સરખાં ગુલાબનાં જ ફૂલ હોય તો તે જોતાં થોડા વખતમાં આપણો જીવ ધરાઇ જાય છે. પણ જુદી જુદી જાતનાં નાનાં, મોટાં, રંગબેરંગી ફૂલો હોય, તો તેની ખૂબી અને ખૂબસુરતી વખાણતાં આપણે થાકતા નથી. તે જ પ્રમાણે બીજા જે કળા કે હુન્નર ઉપજાવે, તેની નકલ કરવામાં મોજ નથી. પણ આપણે પોતે કાંઇ નવું ઉપજાવી કાઢી, તેને સરસ બનાવી, બીજાઓએ જે કીધું હોય તેની સાથે મેળવીને, દુનિયાના ભલાં માટે તે અર્પણ કરવું જોઇએ.

દરેકે પોતાનામાં રહેલી કોઈ પણ શકિત ખીલવીને, બીજાના સુખને માટે, કુદરતી યોજનામાં મદદ કરવા માટે, તેને અર્પણ કરવી. એવી રીતે કર્યાથી આપણી લાગણી શુદ્ધ થશે અને આપણામાં રહેલો અંતરનો અવાજ આપણે સાંભળતાં શીખીશું. પછી તે અવાજ પ્રમાણે ચાલી, સારું ઉપયોગી જીવન ગુજારી, અનેક ભુલો કરતાં અટકીશું અને આપણી આસપાસના સર્વ માટે પ્રેમ, ખુશાલી, દયાની સુંદર લાગણીઓ ફેલાવવામાં મદદગાર થઇ શકીશું. જેમ જંગલી છોડવાઓ (weeds) બગીચાની રોનક બગાડી નાખે છે, માટે તેને વખતો વખત ઉખેડી નાખવાની જરૂર છે, તે જ પ્રમાણે અદેખાઇ, ધિક્કાર, ગુસ્સો દિલગીરીરૂપી લાગણીઓના જંગલી છોડવાઓને

ઉખેડી કાઢી, તેની જગ્યાએ પ્રેમ, સહનશીલતા, ખુશાલી અને શાંતિરૂપી ફૂલોની ખુશબો પાથરવાની આપણી ફરજ છે.

૧૧. મનની શુદ્ધિ.

લાગણીઓ શુદ્ધ કરવાની સાથેજ વિચારો ઉપર પણ ધ્યાન આપવું જોઇએ. દુનિયાનો મોટો ભાગ સુખી નથી, કારણ તેઓ વિચારની જોખમદારી સમજતાં નથી. તેઓ એમ સમજે છે કે તેઓ ગમે તેવા વિચારો કરે તેમાં બીજાને કશું લાગતું વળગતું નથી; પણ તે ભૂલ ભરેલું છે. આખી મનુષ્યજાત એકમેક સાથે જોડાયેલી હોવાથી, દરેક વિચારની અસર બીજા ઉપર થાય છે. આપણા વિચારોથી બીજાઓ ભલાં કે બૂરાં કાર્યો કરે છે, તેમ જ બીજાના વિચારો આપણને અથડાય છે, તેની અસર આપણા ઉપર થાય છે. કોઈનામાં કાંઈ પણ ખામી હોય, યા કોઇએ કાંઈ ભૂલ કીધી હોય, તેનો જો આપણે ઘણો વિચાર કરીએ, અથવા તે વીષે બીજા આગળ બોલીએ, નિંદા કરીએ, અથવા કોઈ નિંદા કરે તે સાંભળીએ, તો પણ તે માણસની તે ખામીમાં વધારો થાય છે, અને તે વધુ ખોટાં કાર્યો કરે છે.

જેઓએ "વિચાર શક્તિ, તેનો કાબૂ અને ખિલવણી" નો અભ્યાસ કર્યો છે તેઓ સારી રીતે એ સર્વ જાણે છે, અને તેથી જ તેઓ ચાલુ સાવધાન રહીને કોઈ પણ ખોટા, નુકસાન કરતા, યા ભમતા વિચારો પોતાના મનમાં આવવા દેતા નથી. તેમ જ બીજા માટે તેવા વિચારો મોકલતા પણ નથી. દરેક જણની ફરજ છે કે જ્યારે પણ ફુરસદ હોય અને મન કોઇ ઉપયોગી કામકાજમાં રોકાયેલું ન હોય, ત્યારે હમેશા કોઇ એક મહાન જીવનો વિચાર કરવો. જે પેગમ્બર કે ગુરુ ઉપર આપણને આસ્થા અને પ્રેમ હોય તેમના સદ્‌ગુણો, શક્તિઓ વગેરેના ખ્યાલોમાં મશગૂલ રહેવાથી, તેમના જેવા [illegible] રહેશે, અને હમેશાં તે ભલા નરના આશિષો મેળવવાને આપણે ભાગ્યશાળી થઇશું.

સુખ, દુઃખ સર્વ આપણે આપણાં મનથી જ ઉપજાવી કાઢીએ છીએ. ઘણાંખરાં દુઃખો કલ્પિત અને માની લીધેલાં હોય છે. વિચારની વલણ બદલ્યાથી, દુઃખનો મોટો ભાગ તુરત દૂર થાય છે, અને મનને શાંતિ મળે છે. માટે જ આપણને વિચારો ઉપર ચાલુ કાબૂ રાખીને, કોઇપણ ખોટા, નુકસાન-કારક અને આપણને તેમ જ બીજાને કોઈપણ રીતે દુઃખ કે દિલગીરી ઉત્પન્ન કરે તેવો એક પણ વિચાર આવે, કે તુરત તેને મનમાંથી કાઢી નાખીને

તેની જગ્યાએ પ્રેમના, ભક્તિના, હિંમતના ભલા વિચારો ચાલુ કર્યાથી, તેમ જ ઉપર કહ્યું તેમ, મહાન જીવોના વિચારો કર્યાથી, દુનિયાનો દુઃખનો બોજો કેટલેક અંશે ઓછો કરી, સુખ, સંપ, શાંતિ ફેલાવવામાં આપણે મદદગાર થઇશું.

૧૨. વહેંચીને વાપરવું.

જ્યારે એક જીવ પોતાના આત્માને ઓળખવા જેવી ઊંચી હાલત ઉપર આવે છે, ત્યારે તે પોતાના સુખનો વિચાર ન કરતાં બીજાને સુખી બનાવવા માટે વધુ આતુર રહે છે. કોઇને પણ સહેજ દુઃખી કે દિલગીર જોઇને તે પોતે દુઃખી થાય છે. પોતે મિનોઇ માર્ગ ઉપર આગળ વધે, તેની સાથે બીજાને આગળ વધારવા તે વધુ મહેનત કરે છે. પોતે ઊંચી હાલતે પહોંચેલો હોવાથી જ, તે પોતાના કરતાં નીચલાં પગથિયાં ઉપર જે હોય, તેની તરફ પોતાનો હાથ લંબાવી, પ્રેમથી તેને આગળ વધારવાની કોશિશ કરે છે.

જેનામાં પ્રેમ, ડાહપણ, પવિત્રતા અને જે કાંઇ ભલી શકિત હોય છે, તે બીજામાં જે કાંઈ ઓછું હોય તેને આપીને મદદ કરે છે. એક મહાન જીવે કહ્યું છે કે "જ્યાં દુઃખ, સંકટ કે દિલગીરી હશે, ત્યાં ખુશાલી અને શાંતિ ફેલાવવા હું મદદ કરીશ, અને જ્યાં સુધી દરેક જીવ મારી સાથે હંમેશનું પરમ સુખ ભોગવવાને લાયક થશે નહિ, ત્યાં સુધી હું કદી પણ તે સુખ મેળવવા એકલો જઇશ નહિ."

જે ઝરાનું પાણી વહેતું ન રહે અને સ્થિર રહે, તે ગંદુ થઇ જાય છે, અને ઝેરી થઇ નુકસાન કરે છે; પણ જે ઝરો વહેતો હોય, તે આજુબાજુની જમીનમાં જઇને તેને ફળદ્રુપ બનાવે છે. તેજ પ્રમાણે, જે કોઇ પોતામાં રહેલું જ્ઞાન, ડહાપણ, પ્રેમ સર્વ પોતાની પાસે જ રાખી મૂકે છે. તે સ્વાર્થી માણસ કદી સુખી થઇ શકતો નથી જે કોઇ મોટાં દિલથી પોતાનું સર્વ આપે છે, તેનામાં અણદીઠ રીતે તે સર્વ વધ્યા જ કરે છે. આપતાં કદી ખૂટે નહિ; માટે દુનિયામાં ખુશાલી, શાંતિ, પ્રેમ વગેરેની જરૂર છે, તે બને એટલાં આપવાં.

સુખી જીવનના મૂળ તત્વો.

૧. એકતા ભાવ.

સાચું સુખ મેળવવા માટે એ ધ્યાન રાખવું જોઇએ કે આ સૃષ્ટિનો પેદા કરનાર પિતા, જેને આપણે ખુદા, અલ્લાહ, ઇશ્વર, અહુરમજદ એવાં અનેક નામથી ઓળખીએ છીએ, તે જ એકલો સર્વ સુખનું મૂળ છે. તેણે પેદા કરેલી દરેક જીવવાળી ચીજમાં તેનો જ અંશ છે. એકે એક નાનાં જંતુમાં તેની જ રોશની ઝબકી રહી છે, અને સૌથી નાના જીવથી માંડીને, તે સંપૂર્ણતાની ટોચે પુગેલા મહાન જીવો સર્વને જોડી રાખનાર, તે જ ખુદાઇ પ્રેમ છે. એવું ભાન જ્યારે જેને થાય, ત્યારે તેનામાંથી જુદાઇનો અંશ નીકળી એકતાભાવ ખીલેલો કહેવાય. પોતે ગમે તે ધર્મમાં જન્મ લીધો હોય, તેને વફાદાર રહી, અભ્યાસ કરીને તેનો લાભ બીજાને આપે, અને સાથે સાથે જ બીજા ધર્મનો પણ અભ્યાસ કરે અને તે સર્વમાં શું સારું છે તે શોધી કાઢીને પોતાના જીવનમાં ઉતારે, ત્યારે જ તે ખરી ભાઇબંધી અને એકતાભાવ સમજી શકે. જુદા જુદા પેગમ્બરો જે કિંમતી શિક્ષણો આપી ગયા છે, તેમાં સહેજ પણ જુદાઇનો અંશ નથી. તે સર્વમાં જે ઉત્તમ છે, તેને ભેગું કરીને દુનિયાના ભલાં માટે વાપરતાં આવડવું જોઇએ. હિંદુ ધર્મની ફિલસુફી, ઇસ્લામની હિંમત અને જ્ઞાન, જરથોસ્તીની અષોઇ, બુદ્ધિસ્ટોની દયા અને ખ્રિસ્તી ધર્મનો જાતિભોગ —એ સર્વ જુદે જુદે ઠેકાણે અને જુદે જુદે વખતે શીખવવામાં આવ્યાં હતાં. છતાં તે સર્વ દરેક જણને માટે અગત્યના છે. દરેક ધર્મ બીજાને ભાઇબંધીની ગાંઠથી જોડવા માટે જ છે. અજ્ઞાન લોકો ધર્મને નામે નાહકની મારામારી કરી જુદાઇનો અંશ વધારે છે, એ ખરી કમનસીબી છે.

માણસ જ્યારે જ્ઞાનથી અને જીવનથી, પોતાના ભાનને એટલી ઊંચી હાલતે લઇ જાય, કે જેથી તે સર્વ જીવવાળી ચીજો સાથે એક થઇ જાય અને સર્વના સુખમાં પોતાનું સુખ સમજે, ત્યારે જ તે પોતાના ધર્મની, કોમની, દેશની અને દુનિયાની ફરજો સારી રીતે બજાવી શકે અને પોતે સુખી થઇ શકે.

૨. સેવા ભાવ.

અત્યાર સુધીમાં આપણે જોયું છે કે સુખી જીવન ગુજારવા માટે આપણે આપણી કેટલીક ખામીઓ સુધારવી જોઇએ, કુટેવો છોડવી જોઇએ, કુદરતના કાયદાનો અભ્યાસ કરીને તેને માન આપીને ચાલવુ જોઇએ, તેમ જ દુઃખના અનુભવોમાંથી પસાર થવાનું પણ જરૂરનું છે; કારણ તેમાંથી આપણે

શિક્ષણ મેળવીએ છીએ, અને તેથી આપણામાં રહેલી છૂપી શક્તિઓ તેમ જ સદ્‌ગુણો ખીલે છે, જે સર્વથી આપણે પ્રકટીકરણમાં આગળ વધીએ છીએ. એ બધાં સાથે, સેવા અને પ્રેમ ન હોય, તો સુખી જીવન ગુજારી ન જ શકાય. જે કાંઇ આપણે મેળવ્યું હોય, અથવા જે કાંઇ આપણામાં હોય, તે બધાંનો સારો ઉપયોગ કરીને, જો બીજાના લાભઅર્થે, સ્વાર્થના કાંઇ પણ ખ્યાલ વગર, આપણે અર્પણ ન કરીએ, તો તે શક્તિઓ અને સદ્‌ગુણો ફોકટ જાય. જ્યારે તે બીજાનાં ભલાં માટે વપરાય, ત્યારે જ ખરી ખુશાલી અને સુખ અનુભવી શકાય.

હવે આપણે જોઇએ કે ખરી સેવા કેવી હોવી જોઇએ. સેવા એટલે પોતાની પાસે જેટલી શક્તિ અને જેટલું જ્ઞાન હોય, તેનો બીજા માટે પ્રેમ-પૂર્વક ઉપયોગ કરવો. કોઈ આપણું માથું ખાઇ જાય, તેથી પૈસા આપીને કાઢીએ, તે સેવા ન કહેવાય. વળી કોઇને કાંઈ આપીને આપણાં નામનું પાટિયું મારવાનું કહીએ, અથવા ખિતાબ, માનચાંદ મેળવવા ખાતર, યા જાહેરાત મેળવવા ખાતર કાંઇ આપીએ, તે પણ ખરી સેવા ન કહેવાય. આપણી પાસે જે કાંઇ હોઇ તે આપણને એક હવાલા કે સુપરત (trust) દાખલ આપવામાં આવ્યું છે, એમ સમજવું જોઇએ. બીજાને દુઃખી કરીને કો સુખી થઈ શકે નહિ. આપણે તો સ્વાર્થમાં જાગીએ છીએ અને પરમાર્થમાં ઊંઘીએ છીએ; પણ હંમેશ જાગ્રત રહીને સેવાની તકો ઝીલવી જોઇએ. આપણું બગાડયું હોય, તો તેને માટે પણ સારા જ વિચાર કરવા. દુશ્મન માટે પણ બૂરું ન ઇચ્છવું, અને કામ પડે તો તેની પણ સેવા કરવા તૈયાર થવું.

બીજાના દુઃખમાં રાહત આપતાં, દિલસોજીભર્યો ભાગ લેતાં, આપણાં સુખ કે સગવડનો કાંઇ ભોગ આપવો પડે, તો તેની ફિકર કરવી નહિ. કારણ સામાના દિલમાં જો કાંઇક ખુશાલી, શાંતિ કે હિંમત આપણે આપી શકીએ, તો તેનાથી જે સુખ અને સંતોષ આપણે પોતે મેળવી શકીએ, તેવું સુખ બીજાં કશાંથી પણ આપણે મેળવી શકીએ નહિ. કોઇની ગમે તેવી સેવા કરવાથી આપણે કદી નીચા થતા નથી. ગમે તેવું નાનું ને નજીવું કાર્ય પણ પ્રભુનું જ છે; માટે તે કર્યાથી જો બીજાની તકલીફ કે મહેનત ઓછાં થતાં હોય, તો ભલેને આપણે થોડી અગવડ ખમીને પણ તે કરી આપવું, એ આપણી ફરજ છે, અને તે જ સુખી જીવનની ચાવી છે.

સેવા અનેક રીતે થઈ શકે છે, અને ગમે તેવા સંજોગોમાં પણ, દરેક જણ કાંઇ ને કાંઇ રીતે ઉપયોગી થઇ શકે છે. કારણ આખા દિવસમાં જો કોઇથી એક પણ ભલું કાર્ય ન થાય. તો વિચારથી કે લાગણીથી પણ તે ઉપયોગી થઇ શકે છે. જો તે પણ કરવાની તે દરકાર ન રાખે, તો તેનો તે દિવસ ફોકટ જ ગયેલો કહેવાય.

જો કોઈ પાસે પૈસા હોય, તો બીજાઓની અનેક હાજતો ટાળવામાં, જ્ઞાન હોય તો જ્ઞાનની રોશનીથી અજ્ઞાનનો અંધકાર દૂર કરવામાં, ગેરઇન્સાફના ભોગ થઈ પડેલાને ઇન્સાફ આપવામાં, કુમાર્ગે ગયલાંને સુમાર્ગે લાવવામાં, અને એવી બીજી અનેક જાતની સેવા કરવામાં, શરીર, મન અને હૃદયની શક્તિઓનો ઉપયોગ કરી શકાય છે.

જ્યારે માણસ બીજાની સેવા કરવામાં જ પોતાની જિંદગી અર્પણ કરે છે, ત્યારે જ તે પોતાના તેમ જ બીજાના આત્માને પિછાણતો થાય છે, અને ઊંચા જીવનના માર્ગ ઉપર ઝડપથી આગળ વધે છે.

પેગંબર સાહેબ અષો જરથુસ્ત્રનું એ જ મુખ્ય શિક્ષણ હતું કે બને એટલી બીજાની સેવા કરવી; જે કોઇ ગરીબ લાચારોની પરવરશી કરે, તેને વધુ ભલાં કામો કરવાની શકિત મળે છે, અને "સુખ તેને જ છે કે જેનાથી સુખ બીજાને:" એવા ફરમાનો દરેક ધર્મમાં છે. આપણા કરતાં આગળ વધેલા જીવો દુનિયાને અનેક સેવા આપી રહ્યા છે; તેઓને પગલે ચાલીને, આપણે પણ જે કાંઇ આપણામાં સારું હોય, તેનો ઉપયોગ બીજાનાં ભલાંને માટે કરીએ, અને તેઓના જીવનમાં રાહત, પ્રેમ, ખુશાલી પાથરવાને લાયક બનીએ. ત્યારે જ આપણો જીવનનો ફેરો સફળ થયલો કેહેવાય, અને ત્યારે જ ખરું અમર સુખ મેળવવાને આપણે લાયક બનીએ.

આપણી દરરોજની બંદગી પછી એ જ દુવા ચાહવી જોઇએ કે ખુદાતાલા આપણને આપણા ભાઇબંધોની, જાનવરોની, ઝાડપાનની અને દરેક જીવવાલાં પ્રાણીઓની સેવા અને જતન કરવાને શકિત અને તકો આપે, એટલું જ નહિ પણ તે તકો ઝીલવાને ડહાપણ પણ બક્ષે.

૩. આત્માની પિછાણ.

જેમ જેમ એક માણસ વધુ આગળ વધતો જાય છે અને ઊંચા તબક્કા ઉપર જવાની કોશિશ કરે છે, તેમ તેમ તે સમજે છે કે સાચું સુખ મેળવવા માટે જે અગત્યનું છે, તે પોતામાં રહેલા અમર આત્માને પિછાણતાં શીખવાનું છે. કારણ, તે ખુદાનું અમર તત્વ છે, જે કદી નાશ પામતું નથી અને ખરેખર તો તે જ આપણે પોતે છીએ. આ બાકી શરીર, લાગણી અને મન, સર્વ બહારનાં પહેરણો જેવાં છે; જ્યારે અંદર વસતા અમર આત્મા તે જ ખરી ખુશાલીનું મૂળ છે. તે જ સાચાં સુખનો ઝરો છે, જે કદી ખૂટતો નથી કે સુકાતો નથી. શરીર નાશવંત છે, તે બદલાય છે; પણ આત્મા હંમેશ અમર રહીને આગળ જ વધે છે, અને તેને પિછાણ્યાથી જ ખરું સુખ મેળવી શકાય છે.

જ્યારે તે પોતાનામાં છુપાયેલા આત્માનું જ્ઞાન મેળવે છે, તે ખુદાઇ નૂર પિછાણે છે, ત્યારે તેને સુખ શોધવા બહાર જવાની જરૂર રહેતી નથી. તે જાણે છે કે તે જ ખુદાઈ અંશ બીજા સર્વમાં પણ છે, અને ધીમે ધીમે તે તેઓના બહારના શરીર કે ખામીઓ તરફ ન જોતાં, તે અંદર રહેલી ખુદાઇ શક્તિને જ ચાહે છે. એ રીતે એક જીવ પોતાના આત્માની મારફતે બીજાના આત્મા પિછાણતાં, તેમ જ સર્વને ખરાં પ્રેમથી ચાહતાં શીખે છે, ત્યારે જ તે ખરું સુખ મેળવી શકે છે.

૪. પ્રેમ.

દરેક જીવે પ્રેમની લાગણી વધુ પ્રમાણમાં ખીલવવી જોઇએ, કારણ તેનાથી દુનિયાના અનેક દુઃખોનો નિવેડો લાવી શકાય તેમ છે. સુખનો માર્ગ ખુલ્લો કરવાની તે એક ચાવી છે. જો લોભ લાલચની જગ્યા પ્રેમ લે, તો લડાઇ, કજિયા, કંકાસ દૂર થાય. જો વેપારી વર્ગ અને દેશના નેતાઓ પોતાનો જ લાભ ન સાચવતાં, ગરીબ કામગારોનો અને દેશની આબાદીનો વિચાર પ્રેમથી કરે, તો હડતાલો, ભુખમરો અને બીજી દરિદ્રતા નાબૂદ થાય. જો સઘળાએ એ પ્રેમની લાગણી ખીલવી હોય, તો કોઇ હદ વગરનું તવંગર અને કોઇ બેહદ કંગાળ ન જ રહે. દરેક જીવવાળા પ્રાણીમાં કુદરતી પ્રેમ હોય છે. પક્ષીઓ અને જાનવરો પણ પોતાના સાથીઓ અને બચ્ચાંઓ ઉપર પ્રેમ કરે છે. કેટલીક વખત તેઓ આપણુ માણુસ જાત, જે વધારે ઊંચી ગણાય છે, તેને ખરેખર શરમાવે તેવો ઊંચી જાતનો પ્રેમ બતાવે છે. શરૂઆતમાં કોઇ પણ એક જીવ ઉપર પ્રેમ કર્યાથી, ધીમે ધીમે પ્રેમની સીમા વધારી શકાય છે. જેને કોઇ બીજું પ્રેમ કરનાર

ન હોય, તે પોતાના પાળેલાં જાનવર કે પક્ષી ઉપર જ સર્વ પ્રેમ રેડે છે. ધીમે ધીમે નાનાં બાળકો ઉપર, પોતાના સાથી ઉપર, અને કોઇ જાની મિત્ર ઉપર પ્રેમ રાખે છે. એમ કરતાં કરતાં તે બીજા ઘણા તરફ પ્રેમ દેખાડે છે, અને છેવટે પોતાના ખુદા સાથે પ્રેમ અને ભક્તિથી એક થઈ જાય છે.

શરૂઆતના પ્રેમમાં અદેખાઇ, સ્વાર્થ, માલિકીભાવ (Possessiveness), એકલપેટાપણું હોય છે. અનુભવથી દરેક જણ શીખે છે કે એ જાતનો પ્રેમ, એ સાચો પ્રેમ નથી. પ્રેમ એટલે જ "બીજા સાથે વહેંચી લેવાની વસ્તુ." આપણે જેને ચાહતાં હોઇએ, તે આપણાં સિવાય બીજા કોઇને ન ચાહે એમ વિચારીએ, તો તે સ્વાર્થી પ્રેમ કહેવાય. બીજાઓ સાથે જેટલો પ્રેમ વહેંચાય, એટલો પ્રેમ દુનિયામાં વધે છે, એ ખ્યાલથી ખુશી થવું જોઇએ. વળી આપણે જેને ચાહીએ, તેના માત્ર ખાકી શરીરને આપણે ચાહતા નથી, પણ તેના આત્માને (તેનામાં રહેલા ખુદાઇ અંશને) ચાહીએ છીએ. જેટલાં વધુ માણસોમાં આપણે એ ખુદાઈ નૂર જોતાં થઇએ, એટલાં આપણે ખુદાની વધુ નજદીક પહોંચવાને લાયક થઇએ. જે કોઈ પ્રેમ અને ખુશાલી, વધુ પ્રમાણમાં બને એટલાં વધારે જણ સાથે વહેંચી લે છે અને બીજાંના જીવનમાં પણ ખુશાલી લાવે છે, તેનો જ પ્રેમ હંમેશ સુધી ટકી શકે છે. તે પ્રેમની ગાંઠ વધુ મજબૂત બને છે, અને જન્મોજન્મ તે લાગણી વધુ તીવ્ર બને છે. પ્રેમ આપવાથી કદી ઘટતો નથી; પણ જેમ આપીએ, તેમ વધુ ને વધુ વધતો જ જાય છે.

જેનામાં પ્રેમની લાગણી ઘણી ખીલી હોય, તે જ ખરો ભકત થવાને લાયક બને છે. કોઈ પણ યોગી જો એમ કહે કે તેનામાં જ્ઞાન છે પણ પ્રેમમાં તે માનતો નથી, તો તે ખરો યોગી હોય શકે જ નહિ. પ્રેમ વગર તે બીજાંના દુઃખની દાઝ ધરી શકે નહિ, તેઓને મદદ કરી શકે નહિ; તો પછી ખુદાને કેમ પિછાણે? પ્રેમ વગરના બીજા સર્વ સદ્‌ગુણો અધુરા જ ગણાય.

પ્રેમ ત્રણ જાતનો હોઇ શકે. એક તો આપણાથી ઉતરતાં પ્રાણીઓ માટેનો પ્રેમ, બીજો આપણાથી ચઢતા, સંપૂર્ણ થયલા જીવો માટેનો પ્રેમ, અને ત્રીજો આપણા જેવાં જ સરખે સરખાં માટેનો પ્રેમ. પહેલી બે રીતનો પ્રેમ આપવો સહેલો છે; પણ ત્રીજો જે આપણાં જેવાં જ માટે પ્રેમ ખીલવવો, તે જ ઘણો મુશ્કેલ છે. આપણાથી ઉતરતાં પ્રાણીઓને આપણે પ્રેમ આપીએ, તેનો બદલો તેઓ પ્રેમથી જ આપે છે. આપણને દુઃખ દેતાં

નથી અને જેવી આપણી લાગણી હોય, તેવો જ કે તેથી વધુ સ્વચ્છ પ્રેમ તેઓ દેખાડે છે. તે જ પ્રમાણે આપણાથી ઊંચ દરજ્જેના જીવો, જેવા કે પેગંબરો, તેને માટે પ્રેમ રાખવો પણ ઘણું કઠિન નથી. કારણ આપણે જાણીએ છીએ કે આપણામાં પુષ્કળ ખામીઓ છે, અને તે સર્વ તરફ તેઓ સહનશીલતાથી જુએ છે, દયા અને પ્રેમના વિચારોથી ચાલુ મદદ કરે છે; અને જેમ એક માતા પોતાના ગમે એટલા ખરાબ કે કમનસીબ બાળકને પણ બિનસ્વાર્થી પ્રેમથી ચાહે છે, તે જ રીતે આપણે ગમે તેવા હોઈએ છતાં તેઓ આપણને ચાહે છે. વળી તે મહાન જીવોને આપણે જોઇ શકતાં નથી, તેથી પણ તેઓને ચાહવાનું અને તેઓ માટે પ્રેમ રાખવાનું સહેલું છે.

પણ ત્રીજી જાતનો પ્રેમ જે આપણા જેવા સરખે સરખા ભાઇ, બહેનો ઉપર રાખવાની આપણી ફરજ છે, તે જ વધારે મુશ્કેલ છે. કારણ બધાની રીતો, ટેવો, વિચારો વગેરે એકેકથી જુદાં હોય છે. આપણાથી બીજા જે રીતે જુદાં પડે, તે માટે આપણામાં એક જાતનો અણગમો રહે છે. અમુક માણસ સાથે આપણે કામ ન જ કરી શકીએ, તેઓ સાથે પરવડે જ નહિ, અને તેઓને માટે પ્રેમ આવી શકે જ નહિ, એ ખ્યાલ આપણે રાખીએ છીએ, એ ભૂલભરેલું છે.

પ્રેમની લાગણી ખિલવવા માટે જે જરૂરનું છે, તે એ કે આપણે હંમેશ સામા માણસની ખુબીઓ પિછાણી, તેનાં વખાણ કરવાની અને તેની ખુબીનો જ વિચાર કરવાની ટેવ પાડવી જોઇએ. સાધારણ રીતે લોકો બીજાંની ખામી જ જોયા કરે છે અને તે વિષે જ બીજાંઓ આગળ વાત કરે છે; તેથી જ પ્રેમની લાગણી જેટલી જોઇએ તેટલી ખીલતી નથી. જેનામાં જે કાંઇ સારું હોય, તે જ હંમેશ રહી શકે તેવું છે, અને તે જ ખુદાઈ સ્વરૂપ છે. જે બૂરું હોય તે નાશકારક છે, માટે જ હંમેશ બધામાં જે કાંઇ સારું હોય, તે જ શોધીને તેનાં જ વખાણ કર્યાથી, તેના તરફ સહેજ પણ અભાવ ન રહે અને પ્રેમ વધે.

સુખી જીવન માટે એ પણ જરૂરનું છે કે જેઓના વિચારો, ટેવો, વગેરે આપણાથી જુદા હોય, અને જેઓમાં કાંઇ એવી ખામી હોય, જે આપણે ચલાવી લઇ ન શકીએ તેવી લાગે, તેવાંઓ તરફ વધારે પ્રેમથી વર્તવું જોઇએ. તેઓની ખામીઓ મોટા મનથી ચલાવી લઇ, તેઓની જુદી રીતોમાંથી કાંઇક અનુભવ મેળવવો, તેઓ સાથે કામ કરવામાં રસ લેવો, અને તેઓમાં જે કાંઇ સારું હોય અને આપણામાં તે ન હોય, તો તે રીતે તે આપણાથી ચઢતો છે, એ ખ્યાલથી તેના તરફ હંમેશ માન અને પ્રેમથી જોવું.

જો કોઈ તરફ શરૂઆતમાં કોઇ પણ કારણુસર તિરસ્કાર કે ગુસ્સો આવતો હોય, તો થોડો વખત પણ તેનાથી દૂર રહીને તેનામાં જે કાંઈ સારું હોય તેનો વિચાર કરીને, ભલા, પ્રેમના વિચારો તેના તરફ ચાલુ મોકલવા. એમ કર્યાથી ગુસ્સો ઓછો થશે અને ફરીથી જ્યારે તે મળશે, ત્યારે તેના તરફ થોડે અંશે પણ પ્રેમ થશે જ.

જેને ચાહતાં હોઇએ તેની અને આપણી વચ્ચે કોઈ કારણુસર ખટપટ થઇ હોય, તો આપણે તેને માટે જે ઉપકાર કર્યા હોય, તેનો વિચાર ન કરવો. સાધારણ રીતે લોકો પોતે જે કર્યું હોય, તેનો જ વિચાર કરે છે, અને બધાંને કહી સંભળાવે છે. આથી વેરભાવ વધે છે. પ્રેમની લાગણી સાચવવા માટે સામાના ઉપકારો જ યાદ રાખવા જોઇએ.

જો બે પ્રેમીઓ વચ્ચે કાંઇ ગેરસમજુતી ઉભી થાય, તો સરસ રીત એ જ છેકે મોઢાંમોઢું મળીને ખુલાસો કરી નાખવો. વળી સામા માણસમાં પૂરતો વિશ્વાસ હોવો જોઇએ. તે જે કાંઈ કરે તેનો ખરો હેતુ જાણ્યા વગર મત બાંધી ન લેવો. જે પ્રેમમાં વિશ્વાસ ન હોય, તે કદી ટકી શકે નહિ.

કોઇ પણ કારણથી બે પ્રેમીઓ છૂટાં પડે અને બહારથી એવું દેખાડે અને માને પણ કે બંનેને એકમેક માટે કાંઇ લાગણી નથી, છતાં અંદરથી તેઓ વચ્ચે પ્રેમની ગાંઠ બંધાઇ હોય, તે તો હંમેશની જ રહે છે; તે કદી તુટી શકતી નથી, અને બીજે જન્મે કદાચ ને બંને જણ જુદા જુદા દેશોમાં જન્મ લે તો પણ આગલાં કર્મો અને પ્રેમને લીધે સંજોગો એવા થાય, કે તેઓ કોઈ ને કોઇ રીતે એકમેકને મળે, બંનેના આત્મા એકમેકને પિછાણે, એક બીજા તરફ ખેંચાય, અને પ્રેમથી જોડાય. કેટલાક જણ, જોતાંને વાર જ પ્યારમાં પડે છે, તેમાં પણ કોઈ વાર આ કારણ હોય છે.

કેટલીક વેળા એવું પણ થાય છે કે આગલી જિંદગીના કોઇ કર્મના આધારે એક માણસને કોઇને માટે ઘણો જ પ્રેમ હોય, પણ સામો માણસ તેના તરફ ન ખેંચાય; કોઇ વેળા સામો માણસ અભાવ પણ બતાવે, તેવે વખતે પ્રેમને મારી નાખવાનો કે ઓછો કરવાનો નથી. પણ તેના તરફ પ્રેમ વહેતો જ રાખીને, મૂગે મોઢે ખમી લેવું. અલબત એ સહેલું નથી જ, પણ જે કોઇ એવી રીતે સામાનો પ્રેમ પાછો ન મળવા છતાં તેના તરફ પ્રેમ વહેતો જ રાખે, તે જ મિનોઇ માર્ગ ઉપર આગળ વધે છે અને છેવટે સુખી થાય છે. તેમ કરતાં લાંબે વખતે સામો માણસ તેના તરફ ખેંચાઇને પ્રેમ રાખતો થાય.

જેને મોટી સેવા કરવાની ધગશ હોય, તેણે પહેલાં ધણી કે ધણીયાણી તરીકે, માતા પિતા તરીકે, પોતાના વહાલાંઓ તરફ પ્રેમ રાખીને, તેઓ તરફ પહેલી ફરજ બજાવવાની છે. જો એ ફરજમાં ચૂકે, તે બહારની સેવામાં નિષ્ફળ નીવડે. પહેલાં આપણે જે સંજોગોમાં મુકાયાં હોઇએ, ત્યાં પ્રેમ અને ફરજથી બંધાયેલાં છીએ, એ યાદ રાખવું. ખરા પ્રેમથી આપણે સ્વાર્થ ભૂલી જઇને જેને ચાહતાં હોઇએ, તેને માટે ગમે તેવા ભોગ આપવા તૈયાર થઇએ છીએ; અને એ રીતે સ્વાર્થ ભૂલી જઇને બીજાને સુખી કરતાં થવું, એ જ સુખી થવાનો સાચો માર્ગ છે.

કોઇ વડીલ કે ગુરુ તરફ પ્રેમ હોય, તો જ્યારે પણ ફુરસદ મળે, ત્યારે તે જીવ તરફ પ્રેમની લાગણી ઉભરાવા દેવી. તેમ કર્યાથી આપણા સૂક્ષ્મ શરીરો પવિત્ર થાય અને પ્રેમ જેમ વધતો જાય, તેમ બીજા કોઈ પણ જાતના હલકા વિચારો આવવાની ફિકર ન રહે.

આપણા પ્રેમની સીમા વિશાળ બનાવવી જોઇએ. સૂર્ય તો પોતાનો પ્રકાશ બધાંને એકસરખો આપે છે; પણ જો કોઈ ઘરનાં બારી બારણાં બંધ રાખે ને તડકો ઉજાશ આવવા ન દે, તો વાંક કોનો કહેવાય? સૂર્યનો તડકો કાંઇ તવંગરના મહેલ પર જ પડે અને ગરીબની ઝુંપડીને ન મળે, તેવું કાંઇ નથી. તેની રોશની ને ઝલકાટ સર્વને માટે એક સરખાં જ છે. તે જ પ્રમાણે આપણો પ્રેમ એવો બનાવવો કે જયા જઇએ ત્યાં, અને જેના સમાગમમાં આવીએ તેને, પ્રેમ આપી શકીએ. જેટલાં વધુ માણસોમાં ખુદાઇ નૂર જોતાં થઇએ. એટલાં આપણે ખુદાની વધુ નજદીક જઇએ, અને તેથી પ્રેમ, દિલસોજી અને એકતા ભાવ ખીલવી શકીએ.

જે પ્રેમ દિવસે દિવસે પોતાની સીમા વધારી, એક ઉપરથી અનેક ઉપર ફેલાતો હોય, જે પ્રેમ સામા પાસે બદલાની કાંઈ પણ આશા ન રાખતો હોય, પોતાનો પ્રેમી ખાકી શરીરમાં હાજર હોય કે ન હોય, છતાં એક સરખો જ તેની તરફ જે પ્રેમ વહ્યા કરતો હોય, જે પ્રેમ પોતાની પાસે જે સારું હોય તે અર્પણ કરી દેવામાં જ મોજ માણતો હોય, તે જ સાચો પ્રેમ કહી શકાય.

વળી જે પ્રેમથી આપણામાં રહેલી નાની મોટી ખામીઓ ઉપર કાબૂ મેળવી સુખના માર્ગ ઉપર આગળ વધાતું હોય, જે પ્રેમથી કોઇ પણ જાતના હલકા હવસી ખ્યાલો મુદ્દલ થતા ન હોય, પણ હમેશ ઊંચા આદર્શો તરફ જ ખેંચાણ થતું હોય, જે પ્રેમથી કોઇ પણ જાતનો ખોટો વિચાર, લાગણી, કે કાર્ય કરતાં આપણે અચકાઇએ—એવા ખ્યાલથી કે રખેને આપણા પ્રેમીને તેથી આપણા માટે શરમાવું પડે—તે જ ખરો પ્રેમ કહેવાય.

છેવટના શબ્દો.

આપણે જોયું છે કે પવિત્ર બિનસ્વાર્થી પ્રેમ, સેવાભાવ, એકતા, ફરજ વગેરે આપણું જીવન સુખી બનાવવા માટે અગત્યના સાધનો છે. તે ઉપરાંત કુદરતના કાયદાઓને સમજીને, માન આપીને, ચાલવા માટે આ જ્ઞાન જરૂરનું છે. જ્ઞાનથી આપણી ખામીઓ, કુટેવો વગેરે સુધારી તે ઉપર કાબૂ મેળવી, આપણાં જીવનને બદલી નાખવાની જરૂર છે. બીજી તરફ સહનશીલતા અને દયા વગેરે રાખવાં. આપણા વિચારો લાગણીઓ વગેરે શુદ્ધ હોવાં જોઇએ. વળી આપણાં દુઃખો અને દુર્ગુણો શા માટે જરૂરના છે અને તેમાંથી અનુભવો મેળવી સુખના માર્ગ ઉપર કેમ જવાય છે, તે પણ આપણે જોયું છે.

આવી રીતના જ્ઞાનથી અને જીવનથી. જે કોઇ ચાહે તે સુખ મેળવી શકે છે. પણ તે મેળવવા માટે ચાલુ ખંત, મહેનત. ઉલટ, હિંમત અને વિવેક જોઇએ. વળી આપણા સર્વ શરીરો પવિત્ર રાખવાની જરૂર છે. કારણ આપણી નેમ, જે હંમેશનું સુખ મેળવવાની છે તે, આપણી અંદર રહેલા આત્માને પિછાણવાથી જ મેળવી શકાય તેમ છે. આપણો અમર આત્મા તે જ મહાજ્ઞાની ખુદાનો અંશ છે. આપણા શરીરને એક પવિત્ર મંદિરની માફક સ્વચ્છ રાખવું જોઇએ. જેમ ધર્મનાં મકાનોમાં બંદગી અને ક્રિયાકાંડ માટે જુદી જુદી વસ્તુઓ ચિહ્નો તરીકે રાખે છે અને તેની મારફતે ખુદાની તેમ જ આપણા અંતરઆત્માની સ્તુતિ થાય છે, તેમ આપણી અંદર વસતા આત્માના ચિહ્ન તરીકે આતશ (દેવતા) વપરાય છે. આતશને ખુદાનો દીકરો કહેવામાં આવ્યો છે. અને આપણ સર્વમાં તે જ ખુદાનો અંશ છે અને આપણે બધા ખુદાના જ દીકરા છીએ. જે આતશ માટે ભેટો લઇ જઇએ છીએ, તે ભેટો આપણા આત્માની વૃદ્ધિનાં ચિહ્નો છે.

સેવા રૂપી સુખડ, અષોઇ રૂપી અગર અને ભક્તિ રૂપી લોબાનની આરજૂ આપણો આત્મા કરે છે, તે જ કારણથી આતશ જે આપણાં આત્માનું ચિહ્ન છે, તેને માટે આપણે સુખડ, લોબાન, અગર લઇ જઇએ, ત્યારે આત્માની ઉન્નતિ માટે શું શું સેવા કીધી, કેવી અષોઇ પાળી અને કેટલી ભક્તિથી જીવન ગુજાર્યું, તેની આપણને યાદ આપે છે. એ રીતે આપણા ભીતરના આતશને સેવા, અષોઇ અને ભક્તિથી ઝળકતો ને રોશનીવાળો રાખવાનો છે, અને હંમેશ આગળ વધતો કરવાનો છે. પવિત્ર શરીર સાથે, લાગણીઓ અને

વિચારો પણ શુદ્ધ થાય, ત્યારે જ કોઇ મહાન જીવ, પેગંબર કહો કે ગુરુ, તે આપણા હૃદયમાં વાસો કરે છે, અને પછી બહારના કોઇ ગુરુને કે ખુદાને કે સાચાં સુખને શોધવા જવાની જરૂર રહેતી નથી.

જ્યારે પણ બિનસ્વાર્થી સેવાનાં કાર્યો કરીને બીજાંના જીવનમાં ખુશાલી પાથરી આપણામાં અંતરની ખુશાલીની મોજ મેળવતા હોઇએ, ત્યારે પ્રભુની નજદીક હોઇએ, તેમ જ આપણને લાગે છે.

તેવી વખતે ખુશાલીથી ઉભરાઇ જતાં જીગરે તે મહાન પિતાને દરેક ચીજમાં જોઇ શકીએ, અને તેની સાથે એકતાન થઇ શકીએ છીએ. નાના એક ઘાસના તણખામાં, ઝાડોમાં, ફૂલોમાં, પથ્થરમાં અને આકાશમાં અને દરેક જીવમાં તેની જ ખૂબસૂરતી અને પ્રેમ જોઇ અને પિછાણી શકીએ છીએ. જ્યારે એ રીતે આપણે પોતે દરેક રીતે પવિત્ર, સેવાભાવી, પ્રેમી બનીએ, અને બીજાંના જીવન સુખી બનાવવા ચાલુ પ્રયત્નો કરીએ, ત્યારે જ બહારની ગમે તેવી ગડબડ છતાં શાંતિભર્યું, સુખી, ખુશાલીભર્યું જીવન ગુજારવાને ભાગ્યશાળી થઇએ, અને આસપાસના સર્વ માટે આશીર્વાદરૂપ થઇ શકીએ.

આ પુસ્તક મી૦ દીનશાહ શાપુરજી મસાનીએ ક્રી·ગર્દ પ્રિ. પ્રેસ,
૧૯, બૅંક સ્ટ્રીટ, ક્રોસ લેન, ફોર્ટ, મુંબઇ. ૧, ખાતે છાપ્યું. અને
ધી વીમાદલાલ બીલીયા દાદર લૉજ થીઓસોફીકલ સોસાયટી,
પારસી કોલોની દાદર, મુંબઇ મધેથી પ્રગટ કર્યું છે.